

# Työn ja perheen ristiriidan yhteys yksivuotiaiden lasten isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen

Ella Valtavirta

Tampereen yliopisto

Yhteiskuntatieteiden tiedekunta

Sosiaalipsykologian pro gradu -tutkielma

Joulukuu 2017

VALTAVIRTA, ELLA: TYÖN JA PERHEEN RISTIRIIDAN YHTEYS YKSIVUOTIAIDEN LASTEN ISIEN PSYKKISEEN KUORMITTUNEISUUTEEN.

Pro gradu -tutkielma, 69 s. + lähteet ja liitteet = 83 s.

Ohjaajat: Eerika Finell ja Katja Repo

Sosiaalipsykologia

Joulukuu 2017

---

TIIVISTELMÄ

Tämän kvantitatiivisen tutkielman tavoitteena on selvittää työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden välistä yhteyttä yksivuotiaiden lasten isillä. Aiemmat tutkimukset osoittavat, että isien masennusriski voi olla erityisen korkea lapsen syntymän jälkeen ja että isien psyykkisellä hyvinvoinnilla on suuri merkitys lapsen kehitykselle ja perheen toiminnalle. Nykypäivän isiltä odotetaan sekä perheen elättäjän että aktiivisen hoivaisän roolia, joiden yhteensovittaminen saattaa olla haastavaa. Tutkimusten mukaan työn ja perheen ristiriidalla on merkittäviä kielteisiä seurauksia terveydelle, hyvinvoinnille ja perhe-elämälle. Tässä tutkielmassa tarkastelen, miten työn ja perheen ristiriita on yhteydessä isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen ja vaikuttaako puolisolta saatu sosiaalinen tuki tähän yhteyteen.

Tutkielmassani olen hyödyntänyt Strategisen tutkimuksen neuvoston (Suomen Akatemia) rahoittaman CHILDCARE-hankkeen vuonna 2016 keräämää kyselyaineistoa. Hankkeen osapuolina ovat Jyväskylän ja Tampereen yliopistot sekä Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Sen keskiössä ovat tasa-arvon kysymykset kuntien varhaiskasvatus- ja esiopetuspalveluissa ja lastenhoidon tukien järjestelmissä. Kysely kohdistettiin kymmenessä tutkimuskunnassa asuvien noin yksivuotiaiden lasten vanhemmille. Olen rajannut aineistoni isiin, jotka tekevät ansiotyötä palkansaajina ja asuvat yhdessä puolisonsa ja parin yhteisen noin yksivuotiaan lapsen kanssa. Tutkimukseni aineiston koko on 560 vastaajaa.

Analysoin aineistoa kuvailevien menetelmien ja hierarkkisesti toteutetun lineaarisen regressioanalyysin avulla. Olen suorittanut analyysin SPSS-tilasto-ohjelmalla. Selitettävänä muuttujana on psyykinen kuormittuneisuus, jonka mittarina on kyselyssä käytetty MHI-5-mielenterveysindeksiä. Selittävät päämuuttujat ovat työstä perheeseen suuntautuva ristiriita ja perheestä työhön suuntautuva ristiriita, joita tarkastelen ensin eri malleissa ja sitten yhdessä. Käsittelen puolison tukea analyysissa moderaattorina. Sitä mittaavat vastaajien arviot siitä, ovatko he saaneet puolisoltaan vanhemmuuteensa riittävästi konkreettista apua ja henkistä tukea vai eivät. Lisäksi olen huomioinut analyysissa keskeiset taustatekijät, joita ovat ikä, sosioekonominen asema, ansiotyötunnit viikossa, työaika, puolison kokopäivätyö sekä lasten lukumäärä perheessä.

Tulokset osoittavat, että työn ja perheen ristiriidan molemmat tyypit lisäävät isien psyykkistä kuormittuneisuutta tilastollisesti merkitsevästi. Sitä lisäävät hiukan myös lasten lukumäärä ja isän nuori ikä. Puolison riittävä sosiaalinen tuki suojaa isien psyykkistä hyvinvointia työn ja perheen ristiriidan kielteisiltä seurauksilta. Siksi ristiriita lisää psyykkistä kuormittuneisuutta lähinnä niillä isillä, jotka eivät saa puolisoltaan riittävästi tukea. Tämä puskurointivaikutus on havaittavissa ristiriidan molempien tyyppien kohdalla, kun tarkastelen niitä eri malleissa. Tutkimuksen johtopäätöksinä on, että työn ja perheen ristiriita on riski pienten lasten isien psyykkiselle hyvinvoinnille ja että puolison riittävä tuki on isille erittäin tärkeää. Tulokset nostavat esiin tarpeen kiinnittää nykyistä enemmän huomiota pienten lasten isien jaksamiseen, tukiverkostoihin sekä työn ja perheen yhteensovittamista tukeviin ratkaisuihin yhteiskunnassa ja työpaikoilla.

Asiasanat: psyykinen kuormittuneisuus, työn ja perheen ristiriita, työn ja perheen yhteensovittaminen, sosiaalinen tuki, hierarkkinen lineaarinen regressioanalyysi.

VALTAVIRTA, ELLA: RELATIONSHIP BETWEEN WORK–FAMILY CONFLICT AND PSYCHOLOGICAL DISTRESS AMONG FATHERS OF ONE-YEAR-OLDS

Master's Thesis, 69 p. + references and appendices = 83 p.

Supervisors: Eerika Finell and Katja Repo

Social Psychology

December 2017

---

ABSTRACT

This quantitative study looks at the relationship between work–family conflict and psychological distress among fathers of one-year-old children in Finland. Prior studies suggest that fathers' psychological well-being is critical to children's development and family functioning. They also show that fathers are at increased risk for depression after childbirth. Today's fathers are expected to be both breadwinners and active caregivers in families, which may be a challenging task. Previous research indicates that work–family conflict has a significant negative impact on health, well-being and family life. The aim of this thesis is to examine how work–family conflict relates to fathers' psychological distress and whether social support from spouse affects this relationship.

The survey data used in this study were collected in 2016 by CHILDCARE research project (Finnish Childcare Policies: In/equality in Focus) implemented collaboratively by the Universities of Jyväskylä and Tampere and the National Institute for Health and Welfare (THL). The CHILDCARE project is funded by the Academy of Finland's Strategic Research Council. The project's aim is to examine the potential sources of inequality in Finnish childcare policies and consider how they could be overcome. The survey was targeted at the parents of about one-year-old children living in ten partner municipalities.

I limit my analysis to employed fathers who live together with their spouse and one-year-old child (N=560). I analyze the data via descriptive methods and hierarchical linear regression models using the SPSS statistical analysis program. In the analysis, there are two main independent variables: Work-to-family conflict and family-to-work conflict, which I first study in separate models and then in one combined model. The dependent variable, psychological distress, is measured in the survey with a five-item Mental Health Inventory (MHI-5). I examine social support from spouse as a moderator variable in the analysis. I study it through respondents' assessments of the sufficiency of the emotional and instrumental support from their spouse. Background variables are age, socioeconomic status, hours worked per week, working regular daytime hours vs. working shifts, nights, evenings or weekends, spouse's full-time employment and the number of children in the family.

The results indicate that both types of work–family conflict are statistically significantly associated with fathers' psychological distress. Psychological distress is also predicted by the number of children in the family as well as father's young age. Sufficient social support from spouse acts as a buffer against the negative consequences of work–family conflict. Therefore, work–family conflict increases psychological distress mainly for fathers who receive insufficient support from their spouse. This buffering effect applies to both types of conflict when I examine them in separate regression models. The results confirm that work–family conflict is a risk for fathers' psychological well-being. They also demonstrate the importance of social support from spouse for fathers of small children. This study emphasizes the need to pay more attention to fathers' psychological well-being and distress, to fathers' social support networks as well as to governmental and organizational work–family reconciliation policies in Finland.

Keywords: psychological distress, work–family conflict, work–family reconciliation, social support, hierarchical linear regression.

# Sisällys

1. JOHDANTO.....	1
2. MUUTTUVAT ISÄT MUUTTUVASSA PERHEESSÄ JA TYÖSSÄ .....	4
2.1 Perinteisistä osallistuviin isiin.....	4
2.2 Isien työelämä nyt ja ennen .....	7
2.3 Yhteiskunta ja organisaatiot työn ja perheen yhteensovittamisen kehyksinä .....	9
3. TYÖN JA PERHEEN KIELTEINEN VUOROVAIKUTUS.....	12
3.1 Isien työn ja perheen ristiriitaiset vaatimukset.....	12
3.2 Ristiriidan syistä seurauksiin .....	14
3.3 Tutkimuksen näkökulmia työn ja perheen suhteeseen .....	16
4. ISIEN PSYYKKINEN HYVINVOINTI JA KUORMITTUNEISUUS.....	20
5. SUOJAAVA SOSIAALINEN TUKI .....	23
5.1 Sosiaalinen tuki puskurina ja hyvinvointiin vaikuttavana tekijänä .....	24
5.2 Lapsiperheiden isien sosiaalinen tuki.....	26
6. TUTKIMUSKYSYMYKSET JA HYPOTEESEIT .....	28
7. AINEISTO JA MENETELMÄT .....	30
7.1 Aineisto, rajaaminen ja tutkimuksen eettisyys .....	30
7.2 Mittarit .....	33
7.3 Menetelmät.....	38
8. TULOKSET .....	45
8.1 Alustavat tarkastelut .....	45
8.2 Psykkistä kuormittuneisuutta ennustavat tekijät .....	48
8.2.1 Ristiriita työstä perheeseen .....	48
8.2.2 Ristiriita perheestä työhön.....	50
8.2.3 Työn ja perheen ristiriidan molemmat tyypit .....	52
8.3 Interaktioiden jatkotarkastelu.....	53
9. JOHTOPÄÄTÖKSET JA TUTKIMUKSEN ARVIOINTI.....	55
9.1 Työn ja perheen ristiriita kuormittaa pienten lasten isiä.....	55
9.2 Puolison tuki suojaa työn ja perheen ristiriitaa kokevia isiä psyykkiseltä kuormittumiselta .....	57
9.3 Muut johtopäätökset .....	58
9.4 Tutkimuksen luotettavuus ja rajoitteet.....	60
10. LOPUKSI .....	67
LÄHTEET.....	70
LIITTEET .....	82

## Kuviot

Kuvio 1. Aineiston rajaaminen.....	32
Kuvio 2. Psyykkisen kuormittuneisuuden summamuuttuja, n=560 (5=ei lainkaan kuormittunut... 30=erittäin kuormittunut).....	47
Kuvio 3. Työn ja perheen ristiriidan ja puolison tuen interaktiovaikutukset psyykkiseen kuormittuneisuuteen regressiomalleissa 1 ja 2.....	54
Kuvio 4. Työ–perhe-ristiriidan ja puolison tuen interaktiovaikutus psyykkiseen kuormittuneisuuteen regressiomallissa 3.....	83

## Taulukot

Taulukko 1. Taustamuuttujien ja moderaattorin frekvenssijakaumat ja tunnusluvut, n=540–560.....	46
Taulukko 2. Selitettävän ja selittävien muuttujien tunnusluvut.....	47
Taulukko 3. Muuttujien väliset korrelaatiot, n=533–560.....	48
Taulukko 4. Regressiomalli 1: Psyykkistä kuormittuneisuutta ennustavat tekijät, työ–perhe-ristiriita (hierarkkinen regressioanalyysi, n=522).....	49
Taulukko 5. Regressiomalli 2: Psyykkistä kuormittuneisuutta ennustavat tekijät, perhe–työ-ristiriita (hierarkkinen regressioanalyysi, n=522).....	51
Taulukko 6. Regressiomalli 3: Psyykkistä kuormittuneisuutta ennustavat tekijät, työ–perhe- ja perhe–työ-ristiriita (hierarkkinen regressioanalyysi, n=522).....	82

# 1. JOHDANTO

2010-luvulla suomalaiset isät osallistuvat lasten- ja kodinhoitoon huomattavasti aktiivisemmin kuin pari vuosikymmentä sitten (Sutela & Lehto 2014, 176–178). Heiltä odotetaan nykyään pitkälti samoja asioita kuin äideiltäkin: hoivan ja hellyyden tarjoamista sekä vahvaa sitoutumista perheeseen, vanhemmuuteen ja lasten kasvatukseen (Huttunen 2001, 149–170). Isien uusi hoivarooli ei ole kuitenkaan syrjäyttänyt kulttuurisia odotuksia perinteisestä perheen elättäjän roolista. Sen sijaan hyvään isyyteen kuuluu nykypäivän länsimaisissa yhteiskunnissa kyky panostaa samanaikaisesti sekä perheeseen että työhön. (Adler & Lenz 2016a, 3; Paajanen 2006, 49–50.) Monelle pienen lapsen isälle työn ja perheen yhtälön ratkaiseminen on vanhemmuuden suurin haaste (Paajanen 2006, 61). Onkin vaarana, että työn ja perheen väliset ristiriidat heijastuvat kielteisesti isien mielenterveyteen ja hyvinvointiin (Bellavia & Frone 2005, 127–128). Tässä kvantitatiivisessa tutkielmassa tarkastelen työn ja perheen ristiriidan yhteyttä yksivuotiaiden lasten isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen. Selvitän sitä, miten työstä perheeseen suuntautuva ristiriita ja perheestä työhön suuntautuva ristiriita ovat yhteydessä isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen sekä vaikuttaako puolisolta saatu sosiaalinen tuki tähän yhteyteen.

Vielä muutama vuosikymmen sitten isät olivat melko harvinainen tutkimuskohde, mutta nykyään on toisin. Suomalainen isyystutkimus on yleistynyt 1990-luvulta lähtien samalla, kun isyydestä on tullut vilkkaan julkisen keskustelun ja politiikan kohde. 2000-luvulla isyystutkimus onkin ollut runsasta ja teemoiltaan monipuolista, ja tutkimusta on tehty useissa ihmis- ja yhteiskuntatieteissä. Tutkimuksen näkyvimpänä juonteena on ollut isyyden muutoksen kuvaaminen, ja muita toistuvia teemoja ovat olleet isäksi tuleminen, isänä toimimisen tavat, isien tuntemukset sekä isien ansiotyö. (Aalto 2004; Mykkänen & Aalto 2010, 10.) Sosiaalitieteellisen isyystutkimuksen keskeisimpiä teemoja on lisäksi ollut työn ja perheen yhteensovittaminen (Rantalaiho 2003, 205), joka on myös tämän tutkielman ytimessä. Isyyteen kohdistuvan kiinnostuksen kasvusta huolimatta työn ja perheen suhdetta on tutkittu enimmäkseen äitien kokemana. Tämä johtuu suureksi osaksi siitä, että isän perhe- ja työroolien on perinteisesti nähty olevan helpommin yhteensovitettavissa kuin äitien. (Daly & Palkovitz 2004, 211–212; Ranson 2012.) Tutkielmani lähtökohtina kuitenkin on, että myös isät kokevat työn ja perheen ristiriitaa, joka voi olla ongelmallinen heidän psyykkisen hyvinvointinsa kannalta.

Psyykkinen kuormittuneisuus tarkoittaa tutkimuksessani mieliala- ja ahdistuneisuusoireilua, joka ilmenee esimerkiksi hermostuneisuutena sekä matalana, alakuloisena ja apeana mielialana (Berwick ym. 1991; Nenonen ym. 2011, 50). On huolestuttavaa, että pienten lasten isien psyykkiset ongelmat ovat sekä Suomessa että muualla varsin yleisiä (Davé, Petersen, Sherr & Nazareth 2010; Luoma ym. 2013; Ramchandani & Psychogiou 2009;

Tuszyńska-Bogucka & Nawra 2014). Kuormittumisen riski on suuri erityisesti pienten lasten isillä, sillä lapsen ensimmäinen ikävuosi on isien mielenterveydelle kriittistä aikaa (Davé ym. 2010). Isien hyvinvointi on itsessään arvokas päämäärä, mikä tekee sen tutkimisesta erittäin tärkeää. Tämän lisäksi aihetta on oleellista tutkia siksi, että isän hyvinvointi heijastuu lapsen kehitykseen ja koko perheen hyvinvointiin (Ramchandani & Psychogiou 2009; Ramchandani, Stein, Evans & O'Connor 2005; Sethna ym. 2017).

Selitän isien psyykkistä kuormittuneisuutta työn ja perheen ristiriidalla, joka jakautuu kahteen tyyppiin: työstä perheeseen suuntautuvaan ristiriitaan ja perheestä työhön suuntautuvaan ristiriitaan (Frone 2003). Ensimmäinen on kyseessä silloin, kun työ vie liikaa aikaa perheeltä tai kun työhön liittyvä kuormitus aiheuttaa ongelmia perheessä. Jälkimmäisestä taas on kyse silloin, kun perhe-elämä vaikeuttaa vastaavalla tavalla työssä suoriutumista. Lähestyn työn ja perheen ristiriitaa rooliteoreettisesta näkökulmasta. Tämän teorian mukaan työ- ja perheroolien vaatimukset ovat keskenään usein ristiriidassa, ja siksi toiminta yhdessä roolissa vaikeuttaa toimimista toisessa roolissa. (Greenhaus & Beutell 1985.) Valtaosa työn ja perheen vuorovaikutuksen tutkimuksesta onkin lähtenyt tästä kielteisestä näkökulmasta (Carlson & Grzywacz 2008, 58). Työn ja perheen ristiriidan tutkiminen on tärkeää siksi, että sen on havaittu vaikuttavan laaja-alaisesti fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin (Bellavia & Frone 2005, 128). Tutkielmassani perhe käsittää vanhempien ja yhden tai useamman lapsen muodostaman ydinperheen, ja työllä taas viitataan ansiotyöhön.

Tarkastelen tutkielmassani myös sitä, vaikuttaako puolisolta saatu sosiaalinen tuki työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen. Näkökulmani puolison tukeen perustuu sosiaalisen tuen puskurointimalliin, jossa tuen nähdään heikentävän yhteyttä stressaavien kokemusten ja psyykkisen kuormittuneisuuden välillä (Carlson & Perrewé 1999; Eckenrode & Gore 1990). Tarkasteluni kohteena on isän arvio siitä, onko hän saanut puolisoltaan vanhemmuuteensa riittävästi konkreettista apua ja henkistä tukea vai ei. Olen kiinnostunut siitä, suojaako puolison tuki puskurin tavoin isän psyykkistä hyvinvointia työn ja perheen ristiriidan kielteisiltä seurauksilta. Tällainen vaikutus tarkoittaisi sitä, että työn ja perheen ristiriita lisää psyykkistä kuormittuneisuutta vain niillä isillä, jotka eivät saa puolisoltaan riittävästi tukea.

Tutkimukseni tuottaa ajantasaista tietoa pikkulapsiperheiden isien työn ja perheen ristiriidasta, psyykkisestä kuormittuneisuudesta sekä sosiaalisen tuen merkityksestä Suomessa. Tulokseni valottavat pienten lasten isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen vaikuttavia tekijöitä, ja ne ovat siksi arvokkaita pyrittäessä edistämään isien hyvinvointia työpaikoilla, perheissä ja yhteiskunnassa. Lisäksi tutkimukseni täydentää olemassa olevaa tutkimusta tuen merkityksestä isille, sillä tähän mennessä isien tukiverkostoja ja -kokemuksia on tutkittu äiteihin verrattuna vain vähän (Lähteenmäki & Neitola 2014, 65). Tulosten keskeisenä antina on ymmärryksen lisääminen

siitä roolista, joka puolison tuella on työn ja perheen ristiriidan kielteisiltä hyvinvointiseurauksilta suojaavana tekijänä. Lapsiperheiden vanhempien sosiaalista tukea on tärkeää tarkastella siksi, että se vaikuttaa paitsi vanhempien hyvinvointiin myös heidän toimintansa kautta lasten kasvuympäristöön ja kehitykseen (Taylor, Conger, Robins & Widaman 2015; Thompson, Flood & Goodvin 2006).

Tutkielmani keskiössä ovat työ ja perhe, joiden välinen suhde koskettaa yksilöiden ja perheiden lisäksi myös yhteisöjä, organisaatioita ja koko yhteiskuntaa. Työn ja perheen yhteensovittamisesta on tullut merkittävä yhteiskuntapoliittinen pyrkimys, jonka tavoitteena on luoda paremmat edellytykset näiden elämänalueiden tasapainoon, lisätä sukupuolten tasa-arvoa ja edistää samalla kokonaisvaltaisesti kansalaisten hyvinvointia. (Castrén 2007a.) Vaikka keskitynkkin tutkielmassani työn ja perheen vuorovaikutukseen ja sen kielteiseen laatuun, otan tutkimuksellani osaa myös ajankohtaiseen työn ja perheen yhteensovittamista koskevaan keskusteluun. Työn ja perheen ristiriidan seurauksia koskeva tutkimustieto on hyödyllistä monesta syystä. Se auttaa ymmärtämään, millainen merkitys elämänalueiden välisen vuorovaikutuksen laadulla on ihmisten hyvinvoinnille. Samalla se korostaa sitä, miten tärkeää on löytää ratkaisuja, joiden avulla työ- ja perhe-elämän myönteistä vuorovaikutusta ja yhteensovittamista on mahdollista tukea.

Teen tutkielmani osana CHILDCARE-tutkimushanketta (*Tasa-arvon kysymykset lasten varhaiskasvatuksen, esiopetuksen ja hoidon tukien järjestelmässä*), joka on Suomen Akatemian Strategisen tutkimuksen neuvoston rahoittama viisivuotinen konsortiohanke. Käytän aineistonani yksivuotiaiden lasten vanhemmilta kerättyä varhaiskasvatuskyselyaineistoa, joka on hankittu kymmenestä suomalaisesta kunnasta. Aineistoni on yhtenä ajankohtana kerätty poikkileikkausaineisto. Olen rajannut aineistoni siten, että tutkittavina ovat suomalaiset yksivuotiaiden lasten isät, jotka tekevät ansiotyötä palkansaajina ja asuvat yhdessä yksivuotiaan lapsensa ja tämän äidin kanssa (N=560). Analyysimenetelmäni on hierarkkinen lineaarinen regressioanalyysi, ja lisäksi tutkin sosiaalisen tuen interaktiovaikutusta.

Tutkielmani kirjallisuusosa jakautuu neljään lukuun. Tutkimusaiheeni kontekstin ymmärtämiseksi tarkastelen aluksi isyyden muutosta, isien perhe- ja työelämää sekä työn ja perheen yhteensovittamisen kysymyksiä suomalaisessa yhteiskunnassa ja työpaikoilla. Tämän jälkeen siirryn kuvaamaan isien työ- ja perhe-elämän kielteistä vuorovaikutusta yksilötasolla ja keskityn omaksumaani rooliteoreettiseen työn ja perheen ristiriidan malliin. Luvussa neljä käsittelen isien psyykkistä kuormittuneisuutta ja siihen liittyviä tekijöitä. Kirjallisuusosan viimeisessä luvussa tarkastelen pienten lasten isien sosiaalista tukea. Luvussa kuusi asetan tutkimuskysymykseni ja hypoteesini ja luvussa seitsemän kuvaan tutkimukseni aineistoa, menetelmiä ja toteutusta. Näiden jälkeen vuorossa ovat analyysini tulokset ja viimeiseksi johtopäätelmät, tutkimuksen arviointi sekä pohdinta.



## 2. MUUTTUVAT ISÄT MUUTTUVASSA PERHEESSÄ JA TYÖSSÄ

Johdannossa kävi ilmi, että isyys on viime vuosikymmeninä muuttunut merkittävästi. Havainto on tutkielmani kannalta tärkeä, sillä muutos on vähitellen tuonut työn ja perheen alueet tiiviiseen vuorovaikutussuhteeseen isien arjessa. Samalla se on lisännyt tarvetta näiden elämänalueiden yhteensovittamisen ratkaisuille. (Adler & Lenz 2016a, 1–3.) Tässä luvussa tarkastelen ensin sitä, miten isyyden on kuvattu muuttuneen Suomessa 1900-luvun alkupuoliskolta nykypäivään. Tämän jälkeen tutkailen suomalaisten isien työssäkäyntiä ja suomalaisessa työelämässä erityisesti 2000-luvulla tapahtuneita muutoksia. Käsittelen niitä ensinnäkin siksi, että isien työelämä on tutkielmani kannalta keskeinen aihe. Toiseksi työssä tapahtuvat muutokset näkyvät monin tavoin myös työn ja perheen suhteessa. Viimeisessä alaluvussa kuvaan sitä, millaisena yhteiskunnallisena kysymyksenä työn ja perheen suhde näyttäytyy, millaisin keinoin siihen pyritään vaikuttamaan ja mitkä rakenteelliset tekijät säätelevät työn ja perheen suhdetta suomalaisessa yhteiskunnassa.

### 2.1 Perinteisistä osallistuviin isiin

Viime vuosina suomalaiset lapsiperheet ovat muuttuneet jonkin verran. Eräs pitkän ajan kuluessa tapahtunut muutos on ollut, että suomalainen mies saa esikoisensa nykyään keskimäärin 31-vuotiaana, yli kaksi vuotta myöhemmin kuin 1980-luvun lopulla (Tilastokeskus 2016a; Vuorio 2017a). Myös syntyvyydessä on tapahtunut muutoksia, ja syntyvyyden laskun seurauksena alle kolmivuotiaiden lasten perheiden määrä on pienentynyt selvästi 2010-luvulla. Lapsiperheiden keskimääräinen lapsiluku on kuitenkin säilynyt tasaisena, ja lapsiperheisiin kuuluu edelleen kaksi viidennestä suomalaisväestöstä. (SVT 2017a.) Vaikka perhemuodot ovatkin viime vuosina moninaistuneet (Kivimäki 2003, 190), valtaosa suomalaisista lapsiperheistä (60 %) koostuu yhä avioparista ja lapsista. Avoparin ja lasten muodostamat perheet ovat hiukan yleisempiä kuin yksinhuoltajaäitien perheet, joita kumpiakin on noin viidennes lapsiperheistä. Vaikka isän ja lasten muodostamat perheet ovat yleistyneet 1990-luvulta nykypäivään, ne ovat vielä harvinaisia. (SVT 2017a.) Tässä tutkimuksessa tarkastelemieni isien perheet ovat avio- tai avoparin ja lasten muodostamia perheitä, eli ne edustavat Suomen yleisimpiä lapsiperhetyppejä.

Perheen merkitys on kasvanut suomalaismiesten elämässä tasaisesti viime vuosikymmeninä, ja erityisesti isyys on heille tärkeää (Sutela & Lehto 2014, 21). Huttusen (2001) mukaan suomalainen isyys on saavuttanut nykymuotonsa asteittain: niin kutsutuista **perinteisistä isistä** tuli ensin **avustavia isiä**, jotka hiljalleen omaksuivat nykyisenlaisen **osallistuvan isän** roolin. Ennen 1960-lukua isät olivat etäisiä ja tunteitaan kontrolloivia perinteisiä isiä, jotka elättivät perheen, toimivat perheen auktoriteettina ja pitivät yllä kuria. Perinteisen isyyden vaihtuessa avustavaan isyyteen isät siirtyivät avustajan rooliin kodin- ja lastenhoidossa. (Emt., 13, 164–165.) Vanhemmuus

ja siihen liittyvä huolenpito eivät enää olleet yksinomaan naisille kuuluvia vastuualueita, kuten perinteisillä isillä (Kotila, Schoppe-Sullivan & Dush 2013). Avustavat isät olivat kuitenkin yhä riippuvaisia puolisonsa ohjeista eivätkä ottaneet oma-aloitteisesti vastuuta kodin tehtävistä (Huttunen 2001, 165).

Perinteisistä ja avustavista isistä poiketen osallistuvat isät ottavat aktiivisesti osaa kotitöihin, lastenhoitoon ja kasvatukseen sekä sitoutuvat vahvasti vanhemmuuteen (Huttunen 2001, 168–169). Vaikka äidit kantavatkin edelleen päävastuun lastenhoidosta valtaosassa lapsiperheistä (Lammi-Taskula & Salmi 2014, 88), osallistuville isille isyys on kokoaikaista ja lasten- ja kodinhoitoon osallistuminen näyttäytyy itsestäänselvyytenä (Huttunen 2001, 170, 268). Tämä tarkoittaa sitä, että osallistuvat isät omistavat aikaa lapsen kanssa leikkimiselle ja keskustelemiselle, ovat saatavilla ja läsnä sekä ottavat vastuuta lapseen liittyvistä asioista. Osallistuvat isät voivat olla hoivaisiä, jotka tarjoavat lapselle syntymästä asti hoivaa ja hellyyttä sen sijaan, että isä–lapsi-suhde rakentuisi lähinnä fyysisten ja älyllisten aktiviteettien kautta. (Emt., 168–171.) Muutos on näin ollen merkinnyt sitä, etteivät tunteiden ilmaiseminen tai hoivan ja empatian tarjoaminen kuulu enää vain äitiyteen, vaan ne ovat tulleet osaksi myös isyyttä (Adler & Lenz 2016a, 4).

Kuvatusta muutossuunnasta puhutaan Suomessa vahvistuvana isyytenä, jossa miehen sitoutuminen isyyteensä näkyy laaja-alaisesti hänen elämässään ja valinnoissaan (Huttunen 2001, 151–153). Samankaltainen muutos on havaittu Suomen lisäksi myös muissa länsimaaisissa yhteiskunnissa, erityisesti muualla Euroopassa ja Pohjois-Amerikassa. Näillä alueilla isyyden vahvistuminen on tapahtunut osana laajoja vanhemmuuden, perheroolien ja maskuliinisuuden muutoksia. (Adler & Lenz 2016b.) Myös monissa Aasian maissa, kuten Kiinassa, Japanissa ja Koreassa, nykyiset isät osallistuvat lastenhoitoon huomattavasti aktiivisemmin kuin aiempien sukupolvien isät (Ishii-Kuntz 2015; Yeung 2013). Isien osallistumisesta on puhuttu jopa Intiassa (Sriram & Sandhu 2013), Malesiassa (Juhari, Yaacob & Talib 2013) sekä Vietnamin (Jayakody & Phuong 2013), joissa länsimaiset käsitykset modernista, sitoutuneesta isyydestä ovat levinneet globalisaation ja joukkotiedotusvälineiden kautta (emt.) Vaikka tarkastelenkin tutkimuksessani suomalaisia pienten lasten isiä, on tärkeää huomata, että isyyden muutoksessa on kyse hyvin globaalista ilmiöstä. Tämä muutos todennäköisesti heijastuu isien arkeen vaihtelevin tavoin yksilöstä ja kontekstista riippuen.

Isyyden muutosta selittävässä tutkimuksissa on tyypillisesti tuotu esiin, etteivät isät itse ole ajaneet aktiivisesti muutosta eteenpäin. Sen sijaan isyyden on esitetty muuttuneen pikemminkin yhteiskunnassa ja isyyden ihanteissa tapahtuneiden muutosten seurauksena. (Aalto 2004; Huttunen 2014, 179.) Isyyden muutosta on selitetty osin eri tavoin kontekstista riippuen. Kansainvälisissä tutkimuksissa selityksiä on haettu naisten aktiivisemmasta osallistumisesta työelämään, vastuiden uudelleenjaosta perheissä sekä isien pyrkimyksestä

aiempaa läheisempään suhteeseen lastensa kanssa (Beaupré, Dryburgh & Wendt 2010, 30). Suomessa taas isyyden muutosta on selitetty toisen maailmansodan jälkeisen murroskauden tapahtumilla. Näitä olivat esimerkiksi tasa-arvotietoisuuden lisääntyminen sekä naisten koulutustason nousu ja siirtyminen vaativampiin tehtäviin työelämässä. Samaan aikaan myös naisliikkeen kasvu ja joustavammiksi muuttuneet mieheyden mallit alkoivat kohdistaa isyyteen uudenlaisia muutospaineita. (Kolehmainen 2004, 89–91.) Näiden lisäksi myös 1970-luvun kaupungistuminen ajoi isyyden muutosta suomalaisessa kontekstissa. Perinteiselle elättäjä-isyydelle jäi niukalti tilaa, kun lapsiperheet muuttivat kaupunkeihin, miehiksi määrittyvien kotitöiden määrä väheni ja perheiden äidit siirtyivät kokopäiväiseen ansiotyöhön (Huttunen 2001, 164).

Samalla kun isien perherooli on vahvistunut, heidän merkitystään lasten kehitykselle on alettu tarkastella uudessa valossa useissa maissa. Monet kansainväliset tutkimukset ovat osoittaneet, että isät vaikuttavat jo hyvin varhaisessa vaiheessa lastensa hyvinvointiin ja sosiaaliseen, kognitiiviseen ja emotionaaliseen kehitykseen. (Cabrera, Shannon & Tamis-LeMonda 2007; Frascarolo 2004; Ramchandani ym. 2005; Sethna ym. 2017.) Näissä tutkimuksissa isä–lapsi-vuorovaikutuksen on nähty sisältävän enemmän ärsykeitä, lapsen aktivointia ja fyysisiä leikkejä kuin äidin ja lapsen välisen vuorovaikutuksen (Dixon ym. 1981; Macdonald & Parke 1986). Siksi isien ja äitien lapsilleen tarjoamien varhaisten kokemusten on katsottu vaikuttavan lapsen kehitykseen eri tavoin (Cabrera ym. 2007; Sethna ym. 2017). Myös kansainvälinen kiintymyssuhdetutkimus tukee näkemystä isä–lapsi-suhteen tärkeydestä lapsen kehitykselle (Brown, McBride, Shin & Bost 2007; Verschueren & Marcoen 1999). Suomessa isien merkitys lapsen kehityksessä on ollut tutkimuksen lisäksi toistuva aihe myös yhteiskunnallisessa isyyskeskustelussa. Tässä keskustelussa isiä on kannustettu osallistumaan aktiivisesti lastenhoitoon sekä työstämään omaa isäidentiteettiään. (Mykkänen & Aalto 2010, 10.)

Vaikuttaa siltä, että osallistuvan isyyden ihanteet näkyvät suomalaisten isien ajatuksissa vanhemmuudestaan. Äskettäin isäksi tulleiden suomalaismiesten on havaittu olevan hyvin ylpeitä isyydestään ja pitävän lapsen syntymää parhaana heille tapahtuneena asiana. Moni kokee itsetuntonsa vahvistuneen ja muilta ihmisiltä saadun arvostuksen lisääntyneen isäksi tulon myötä. Perheroolinsa tärkeimpinä tehtävinä suomalaisisät pitävät rakkauden ja hellyyden osoittamista lapselleen, lapsen hoivaamista sekä osallistumista lapsen harrastuksiin. (Paajanen 2006, 47–60.) Nykyperheissä vanhemmat jakavatkin vastuun varsin tasaisesti lastenhoidon, lasten kanssa leikkimisen sekä lasten kuljetusten suhteen. Silti naiset kantavat yhä päävastuun kotitöistä valtaosassa suomalaisista lapsiperheistä, myös niissä, joissa molemmat vanhemmat tekevät kokopäivätyötä. (Sutela & Lehto 2014, 176–177.) Onkin syytä muistaa, että niin Suomessa kuin muuallakin isyyttä koskevat odotukset, ihanteet ja asenteet voivat poiketa paljonkin perheiden arjessa toteutetusta isyydestä (Adler, Lenz & Stöbel-Richter 2016; Ruspini & Tanturri 2016; Stropnik & Humer 2016; Turpeinen & Toivanen 2008, 166). Vaikka nyky-yhteiskunnan

odotukset korostavatkin osallistuvan ja aktiivisen isyyden mallia, isien ajankäyttöä ja perheiden työnjakoa ohjaavat niiden lisäksi myös hitaasti muuttuvat perinteiset sukupuolirooliodotukset (Ylikännö 2009, 121).

Isyydessä tapahtuneisiin muutoksiin on suhtauduttu Suomessa pääosin hyvin myönteisesti, sillä niiden seurauksia on pidetty hyödyllisinä (Aalto 2004, 80; Rantalaiho 2003). Samaan aikaan on esitetty myös toisenlaisia näkemyksiä isyyden muutoksesta, sillä Aallon (2004) mukaan kaikki isät eivät missään ajassa ole keskenään täysin samanlaisia. Siksi jokainen nykypäivän suomalainen isä ei toimikaan osallistuvan isän tavoin, ja myös perinteisen ja avustavan isyyden aikakausilla on mitä todennäköisimmin ollut myös muunlaisia isiä. 2000-luvulla onkin puhuttu myös vahvistuvalle isyydelle vastakkaisista muutossuunnista. Esimerkiksi ohenevan isyyden käsitteellä on viitattu etäiseen tai poissaolevaan isyyteen, jossa isyys saattaa olla olemassa vain biologisesti tai juridisesti. (Huttunen 2001, 151, 154.) Kuvaus isyyden muuttumisesta perinteisestä osallistuvaan näyttää silti nostavan esiin olennaisia asioita isyyttä koskevien kulttuuristen ideaalien muutoksesta, isiin nyky-yhteiskunnassa kohdistuvista odotuksista sekä isien nykyrooleista.

## 2.2 Isien työelämä nyt ja ennen

Muutoksia ei ole tapahtunut ainoastaan isyydessä. Myös työelämän on katsottu olleen viime vuosikymmeninä muutoksen tilassa niin Suomessa kuin kansainvälisestikin. 1900-luvun lopun ja 2000-luvun alun suurina muutoksina on ympäri maailman pidetty painopisteen siirtymistä tuotannosta palveluihin, töiden teknologisoitumista ja automaatiota, työvoiman koulutustason nousua sekä naisten osuuden kasvua työvoimasta. Nykyisessä työelämässä työntekijöillä on keskimäärin aiempaa enemmän vastuuta ja vaikutusmahdollisuuksia, ja jatkuvalle uudelleen kouluttautumiselle ja sosiaalisille suhteille asetetaan suurempi painoarvo kuin ennen. (Näswall, Hellgren & Sverke 2008, 1–5.) Samaan aikaan globalisaation, teknologian kehityksen ja tietotyön yleistymisen seurauksena on syntynyt työ, joka ei enää ole sidoksissa aikaan ja paikkaan samalla tavalla kuin aiemmin (emt., 4–5; Kinnunen, Malinen & Laitinen 2009, 126–127).

Työelämän vaatimukset, epävarmuus ja fyysinen ja psyykkinen kuormittavuus ovat kasvaneet Suomessa useilla aloilla (Kivimäki 2003, 191). Lisäksi siirtyminen informaatio- ja kilpailuyhteiskuntaan on lisännyt työelämän kilpailuhenkisyyttä ja suorituskeskeisyyttä (Hari ym. 2015, 162). Eurooppalaisen työolotutkimuksen mukaan kiireen esiintyminen työssä on kasvanut monissa Euroopan maissa, ja Suomi sijoittuu maiden välisessä vertailussa kärkeen (Sutela & Lehto 2014, 71). Muutos näyttää heijastuneen suomalaisten pienten lasten isien kokemuksiin työnsä vaativuudesta, jonka enemmistö tuntee lisääntyneen 2000-luvulla selvästi. Isien mielestä työtehtävien määrä on lisääntynyt, työtahti tiukentunut, säästöpainheet kasvaneet ja aikataulut kiristyneet. (Salmi

& Lammi-Taskula 2014a, 46.)

Kasvavat työpaineet saattavat lisätä ylitöitä ja töiden tuomista kotiin (Miettinen & Rotkirch 2012, 25–26). Suomalaisen lapsiperheiden isät tekevät ylitöitä useammin kuin lapsettomat miehet. Vuonna 2008 lähes kolmannes alle kolmivuotiaiden lasten isistä teki ylitöitä viikoittain. (Lehto & Sutela 2008, 139.) Ylitöiden tekeminen riippuu paitsi toimialasta (SVT 2015a) myös sosioekonomisesta asemasta (Sutela & Lehto 2014, 151). Korvattua ylityötä tekevät yleisimmin työntekijät, joita on alle puolet suomalaisista miespalkansaajista. Korvaukseton ylityö taas on tyypillisintä ylemmille toimihenkilöille, joihin toimii joka kolmas miespalkansaaja. Loput eli noin viidennes miespalkansaajista ovat alempia toimihenkilöitä. (Emt., 150–151; Tilastokeskus 2016b, 40.) Sosioekonominen asema on yksi tutkimukseni taustatekijöistä. Tarkastelen sen yhteyttä työn ja perheen ristiriitaan ja isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen myöhemmin.

Suomessa isien työllisyystilanne on parempi kuin miesten keskimäärin, eikä siinä ole viime vuosina tapahtunut merkittäviä muutoksia. Vuonna 2013 alle kolmivuotiaiden lasten isistä yhdeksän kymmenestä oli työssä. Sen sijaan niiden miesten työllisyysaste, joilla ei ollut perheessään alaikäisiä lapsia, oli samana vuonna 73 prosenttia. (Hietamäki ym. 2017; SVT 2014a.) Huoli työpaikan säilymisestä on kuitenkin jatkuvasti kasvanut 2000-luvulla. Tuoreimman työolobarometrin mukaan suomalaiset miehet ja naiset kokevat irtisanomis- ja tehtävänsiirtouhkaa lähes saman verran. Lomautusuhkan kokeminen on kuitenkin miehillä selvästi naisia yleisempää. (Mähönen 2017, 17.) Vuoden 2012 lapsiperhekyselyssä isät arvioivat äitejä useammin, että epävarmuus työsuhteen jatkumisesta oli kasvanut (Salmi & Lammi-Taskula 2014a, 46). Erityisen suurta epävarmuus on teollisuudessa ja yksityisillä palvelualoilla, mutta myös julkisen sektorin työntekijät kokevat entistä enemmän epävarmuutta työpaikkojensa säilymisestä (Mähönen 2017, 15). Pienten lasten isien työtä tarkasteltaessa on syytä huomata, että miehet työskentelevät Suomessa tyypillisimmin yksityisellä sektorilla, kun taas julkinen sektori työllistää enemmän naisia. Miehet toimivat myös eri aloilla ja ammateissa kuin naiset. (SVT 2011.) Eri työnantajasektoreilla ja aloilla työntekijöiden kohtaamat haasteet ovat usein luonteeltaan erilaisia. Siksi voikin olla, että työelämää tutkittaessa miesten ja naisten väliset erot selittyvät sukupuolen sijaan sektorilla tai toimialalla. (Mähönen 2017.)

Edellä esitetyistä havainnoista huolimatta työelämän tutkijat näkevät, että suomalaisen työelämän muutosvauhtia ja epävarmuuden lisääntymistä on julkisessa keskustelussa liioiteltu. Keskustelu on koskenut esimerkiksi työurien lyhenemistä ja pirstaloitumista, vaikka todellisuudessa suomalaisten työsuhteet ovat viime vuosikymmeninä pidentyneet. Vastoin yleistä luuloa niin kutsuttujen pätkätöiden määrä ei myöskään ole kasvanut. Sen sijaan määräaikaisten työsuhteiden määrä on tilastojen valossa pysynyt samalla tasolla koko 2000-luvun. (Pyöriä 2017.) Vuonna 2016 kaikista työsuhteista 16 prosenttia oli määräaikaista ja 84 prosenttia jatkuvaa.

Määräaikaiset työsuhteet olivat miehillä harvinaisempia kuin naisilla. Myös osa-aikatyötä tekee selvästi useampi nainen kuin mies: osa-aikaisessa työsuhteessa on joka viides suomalainen nainen, mutta vain joka kymmenes mies. (SVT 2017b.) Osa-aikatyön on perinteisesti nähty helpottavan työn ja perheen yhteensovittamista, mutta yleisimmin sitä tehdään kokopäivätyön puutteen tai opiskelun vuoksi (emt.; Lammi-Taskula & Salmi 2014, 77).

Usein puhutaan myös epäsäännöllisten työaikojen yleistymisestä (esim. Kinnunen ym. 2009, 126–127). Todellisuudessa työaikamuotojen muutokset ovat kuitenkin olleet Suomessa viime vuosikymmeninä pieniä (Sutela & Lehto 2014, 143). Pienten lasten isien tyypillisin työaikamuoto on säännöllinen päivätyö, jota kutsun tutkimuksessani myös tyypilliseksi työajaksi. Vuonna 2010 neljä viidestä pikkulapsiperheen isästä teki säännöllistä päivätyötä. Isät työskentelevät jonkin verran myös epätyypillisinä aikoina, kuten iltaisin, öisin ja viikonloppuisin. Säännöllinen ilta-, yö- ja vuorotyö on kuitenkin yleisempää äideillä. Työntekijäasemassa olevat isät työskentelevät epätyypilliseen aikaan huomattavasti useammin kuin alemmat tai ylemmät toimihenkilöt. (Miettinen & Rotkirch 2012, 49.) Lapsiperheiden vanhempien epätyypillinen työaika voi vaikeuttaa yhteisen ajan löytämistä ja työn ja perheen yhteensovittamista, ja siksi se on nähty riskinä lapsiperheiden hyvinvoinnille (Kinnunen ym. 2009; Metsäpelto, Rönkä & Laakso 2015). Tämän vuoksi huomioin työaikamuodon myös tässä tutkimuksessa. Tässä luvussa on nähty, että työelämä on sekä Suomessa että muissa maissa muuttunut joiltakin osin paljon ja toisilta osin taas vähemmän. Seuraavan luvun alussa kuvaan tiiviisti sitä, miksi erityisesti työn irtoaminen ajasta ja paikasta on ollut työn ja perheen suhteen kannalta merkityksellinen muutos.

## 2.3 Yhteiskunta ja organisaatiot työn ja perheen yhteensovittamisen kehyksinä

Tämän tutkielman ytimessä on työn ja perheen välinen suhde, jota olen jo edellä sivunnut useaan kertaan. Niin Suomessa kuin ulkomaillakin työn ja perheen yhteensovittamisen kysymykset nousivat alun perin ajankohtaisiksi merkittävien historiallisten kehityskulkujen myötä. Näitä olivat muun muassa teollistuminen, kahden ansaitsijan talouksien määrän kasvu, naisten palkkatyön yleistyminen sekä perhemuotojen moninaistuminen. (Edwards & Rothbard 2000, 178; Pälli & Rissanen 2006, 41.) Suomessa kahden ansaitsijan perhemallin historia on moniin muihin maihin verrattuna pitkä, ja siksi kysymys työn ja perheen yhteensovittamisesta tuli perheiden ratkaistavaksi varhain. Myös poliittisessa päätöksenteossa aihe näkyi jo 1960-luvulla. (Salmi & Lammi-Taskula 2011, 157.) Vaikka kyseessä ei olekaan uusi aihe, viime aikoina työn ja perheen yhteensovittaminen on ollut pinnalla edellisessä alaluvussa kuvattujen työelämän muutosten vuoksi. Nämä muutokset ovat heijastuneet työn ja perheen väliseen suhteeseen. (Pälli & Rissanen 2006, 41.) Työn irtoaminen ajasta ja paikasta on tuonut joustavia mahdollisuuksia työnteon järjestämiseen, mutta samalla työn ja perheen välinen raja on muuttunut aiempaa häilyvämmäksi (Kinnunen ym. 2009, 126–127; Kivimäki 2003, 192). Tällä rajalla on kuitenkin tärkeä

psykologinen merkitys, sillä se auttaa ihmisiä irtautumaan työn vaatimuksista kotona ja päinvastoin (Sonnentag 2012).

Suomalaisessa yhteiskunnassa puhe työn ja perheen suhteesta on yleisimmin puhetta näiden elämänalueiden yhteensovittamisesta. Yhteensovittamispuheeseen sisältyy oletus suhteesta, jonka osat eivät luonnostaan toimi vaivattomasti yhdessä vaan joka vaatii aktiivista sovitustyötä. Tämän tyyppisen puheen voimakkuus viittaa siihen, että työn ja perheen suhde näyttäytyy yksilön ja yhteiskunnan kannalta ongelmallisena. (Pälli & Rissanen 2006, 41–46.) Salmi (2004, 2) toteaa teeman liittävän yhteen kolme perheiden arjessa ja yhteiskuntapolitiikassa toisiaan leikkaavaa tärkeää aluetta. Nämä ovat työelämä ja työpolitiikka, perhe-elämä ja perhepolitiikka sekä sukupuoliteemat ja tasa-arvon kysymykset työelämässä ja perheessä. Siksi aihe onkin ollut viime vuosina suomalaisen työ-, perhe- ja tasa-arvopolitiikan keskiössä, ja näillä alueilla on panostettu yhteensovittamisen käytäntöjen kehittämiseen (Turpeinen & Toivanen 2008, 11, 166).

Monissa maissa työn ja perheen yhteensovittaminen luokitellaan yksityisen alueelle kuuluvaksi asiaksi. Pohjoismaissa kattava hyvinvointivaltiojärjestelmä kuitenkin siirtää vastuuta yhteensovittamisen ratkaisusta valtiolle ja organisaatioille. (Abendroth & den Dulk 2011.) Kansainvälisesti vertaillen lapsiperheiden lakisääteinen tuki työn ja perheen yhteensovittamiselle onkin Suomessa erittäin hyvä. Siihen kuuluu erilaisia taloudellisia tukimuotoja ja lastenhoitojärjestelyjä, kuten ansiosidonnaiset perhevapaat, kotihoidon tuki sekä päivähoido-oikeus (Salmi & Lammi-Taskula 2011, 157; Sosiaali- ja terveysministeriö. Lapsiperheiden tuet). Työn ja perheen yhteensovittamisen edistäminen on kirjattu myös käynnissä olevan hallituskauden tasa-arvo-ohjelmaan. Tavoitteena on parantaa sekä naisten että miesten mahdollisuuksia sovittaa yhteen työtä ja perhe-elämää eri elämänvaiheissa. Samalla pyrkimyksenä on vähentää työnantajille aiheutuvia perhevapaakustannuksia. Pitkän aikavälin päämäärinä on, että hoivavastuu jakautuisi perheissä nykyistä tasaisemmin ja että perhevapailta työhön palaaminen sujuisi joustavasti. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2016, 11.)

Myös työpaikat ja organisaatiot ovat vastuussa työn ja perheen yhteensovittamisen mahdollisuuksista. Työpaikkojen toiminta työn ja perheen yhteensovittamiseksi perustuu Suomessa ja muissa Pohjoismaissa perhevapaalainsäädäntöön ja julkisiin palveluihin, kuten päivähoidon ja julkiseen terveydenhuoltoon. Tyypillisiä ratkaisuja ovat monenlaiset työaikaan liittyvät käytännöt ja joustot, perhevapaalta paluun helpottamiseksi kehitetyt järjestelmät sekä etätyö. (Toppinen-Tanner 2016.) 2000-luvulla erilaiset työn ja perheen yhdistämistä tukevat käytännöt ovatkin lisääntyneet suomalaisten pienten lasten isien työpaikoilla. Isät kokevat työnsä joustomahdollisuudet pääosin riittäviksi. Alle kouluikäisten lasten isillä on äitejä useammin mahdollisuus esimerkiksi hyödyntää liukuvaa työaika, hoitaa omia asioita työaikana sekä tehdä etätyötä. (Salmi & Lammi-

Taskula 2014a, 47–48.) Sukupuolten välisiä eroja selittää jälleen se, että naiset ja miehet työskentelevät erilaisissa organisaatioissa ja eri sektoreilla. Viime vuonna suomalaisista miespalkansaajista lähes kaksi viidennestä teki etätöitä vähintään silloin tällöin ja alle viidennes ainakin kerran viikossa (Mähönen 2017, 81), mikä on jonkin verran enemmän kuin muutamaa vuotta aiemmin (Lyly-Yrjänäinen 2013, 49).

Elämänalueiden yhteensovittamisen edistämisen on nähty tukevan työhyvinvointia ja lisäävän työtyytyväisyyden ohella työhön sitoutumista, joiden puolestaan ajatellaan lisäävän työn tuloksellisuutta ja tuottavuutta. Näistä syistä yhteensovittamisen ratkaisuihin panostamista on pidetty organisaationkin etuna. Työn ja perheen yhteensovittamisen tukeminen on nähty myös työsuojelukysymyksenä, sillä elämänalueiden väliset ristikkäiset vaatimukset voivat olla riski työntekijän psyykkiselle hyvinvoinnille. (Toppinen-Tanner 2016.) On kuitenkin huomattava, etteivät kaikki työt tarjoa samanlaisia mahdollisuuksia työn ja perheen yhteensovittamiseen, sillä erilaisia töitä tehdään eri aikoina ja erilaiset työt myös joustavat eri tavoin (Kekkonen, Rönkä, Laakso, Tammelin & Malinen 2014, 55; Salmi & Lammi-Taskula 2014a, 47). Edellisessä alaluvussa käsitelin sosioekonomista asemaa, joka sekin vaikuttaa työn joustomahdollisuuksiin. Ylemmillä toimihenkilöillä on tyypillisesti käytettävissään eniten joustomahdollisuuksia työssään ja työntekijöillä taas vähiten (Mähönen 2017, 76–77).

Monilla työpaikoilla tiukassa istuva sukupuolittunut työkuultuuri määrittää lapsiperheiden vanhempien mahdollisuuksia joustaa perheensä tarpeiden mukaan. Koska naisten odotetaan kantavan miehiä suurempi vastuu lastenhoidosta, miesten oletetaan käyttävän joustomahdollisuuksia vain silloin, kun perhetilanne todella sitä vaatii. (Daly & Palkovitz 2004, 212.) Tämän vuoksi miesten voi olla vaikeaa käyttää työpaikan tarjoamia joustomahdollisuuksia. He saattavat pelätä, että työtoverit ja esimies suhtautuvat joustojen käyttöön kielteisesti ja ettei perhesyistä joustavan miestyöntekijän nähdä olevan riittävän sitoutunut uraansa. (Daly, Ashbourne & Hawkins 2008, 257; Wayne & Cordeiro 2003.) Miesvaltaisilla aloilla esimerkiksi perhevapaalle jääminen ei edelleenkään ole kovin yleistä. Siksi siihen liittyvät käytännöt ovat vasta kehittymässä tai voivat puuttua kokonaan. (Adler & Lenz 2016a, 2–4; Castrén 2007b, 122; Rantanen & Kinnunen 2005, 260; Sutela & Lehto 2014, 169; Turpeinen & Toivanen 2008.) Tässä tutkimuksessa en käsittele isien perhevapaisiin liittyviä kysymyksiä niiden tärkeydestä huolimatta, sillä rajaan tarkasteluni työssäkäyviin isiin, jotka ovat joko palanneet työhönsä perhevapaalta tai jotka eivät ole pitäneet perhevapaata.

Työn ja perheen välistä suhdetta säätelevät lapsiperheiden palvelu- ja tulonsiirtojärjestelmät, yhteiskunnan perhe- ja työpolitiikka sekä työelämän, työorganisaation ja perheen rakenteet. Lisäksi tähän suhteeseen heijastuvat yhteiskunnalliset ja kulttuuriset normit sekä toimijoihin kohdistuvat moraaliset odotukset. Nämä kaikki vaikuttavat siihen, millaiseksi työn ja perheen välinen vuorovaikutus muodostuu ja kuinka helppoa tai



haastavaa pienten lasten vanhempien on sovittaa yhteen työ- ja perherooliensa vaatimuksia. (Edwards & Rothbard 2000; Kekkonen ym. 2014, 52; Turpeinen & Toivanen 2008, 15, 90.) Tutkimuksessa ja julkisessa keskustelussa on kuitenkin nähty, että vastuu yhteensovittamisen arjen ratkaisusta on viime kädessä yksilöillä. He tekevät jokapäiväisessä elämässään työhön ja perheeseen liittyviä päätöksiä ja valintoja, pitävät erilaisin keinoin yllä elämänalueiden välistä rajaa ja tasapainoa sekä huolehtivat esimerkiksi työpäivän jälkeisestä palautumisesta. (Rantanen & Kinnunen 2005, 261; Rönkä & Kinnunen 2009; Turpeinen & Toivanen 2008, 167.) Tässä tutkielmassa näkökulmani työn ja perheen suhteeseen on yksilölähtöinen. On silti erittäin tärkeää muistaa, millaiset yksilö- ja perhetasoa laajemmat rakenteet kehystävät pienten lasten isien mahdollisuuksia työn ja perheen yhteensovittamiseen. Seuraavassa luvussa siirryn yhteiskunnan ja organisaatioiden näkökulmista työn ja perheen kielteiseen vuorovaikutukseen ja sitä kuvaaviin malleihin.

### 3. TYÖN JA PERHEEN KIELTEINEN VUOROVAIKUTUS

Kun tarkastelukohteena ovat työn ja perheen kielteisen vuorovaikutuksen syyt tai seuraukset yksilötasolla, lähestymistapaa voidaan Erärannan ja Käsälän (2007) mukaan nimittää psykologiseksi näkökulmaksi työn ja perheen yhteensovittamiseen. Tämä ei välttämättä tarkoita yksilöllisten kokemusten tutkimista, vaan pikemminkin sitä, että työn ja perheen suhdetta tutkitaan yksilöiden kannalta. Tutkielmassani lähestymistapa näkyy siten, että tarkasteluni kohteena ovat isien arviot työn ja perheen ristiriidasta sekä tämän ristiriidan yhteys yksilötasoiseen lopputulokseen, psyykkiseen kuormittuneisuuteen. Muita lähestymistapoja ovat organisaatiotutkimuksen näkökulma sekä yhteiskuntatieteelliset näkökulmat, joista ensimmäisessä keskitytään työ- ja perhe-elämän suhteeseen työyhteisöissä ja toisessa taas erilaisissa yhteiskunnallisissa konteksteissa. (Emt.) Ennen psykologiseen näkökulmaan syventymistä käsittelen myöhempien alalukujen pohjaksi sitä, minkä verran työn ja perheen ristiriitaa pienten lasten isät kokevat Suomessa ja muualla Euroopassa. Toisessa alaluvussa tarkastelen työn ja perheen ristiriidan syitä ja seurauksia. Tämän jälkeen siirryn kuvaamaan työn ja perheen yhteydestä esitettyjä malleja, joista työn ja perheen ristiriidan malli on tutkimukseni kannalta keskeisin.

#### 3.1 Isien työn ja perheen ristiriitaiset vaatimukset

Kuten edellä on käynyt ilmi, työn ja perheen ristiriita jakautuu kahteen tyyppiin: työstä perheeseen suuntautuvaan ristiriitaan ja perheestä työhön suuntautuvaan ristiriitaan (Frone 2003). Tekstin selkiyttämiseksi nimitän näitä ristiriidan kahta tyyppiä myös ristiriidaksi työstä perheeseen ja ristiriidaksi perheestä työhön. Näiden lisäksi käytän työn ja perheen ristiriidan käsitettä silloin, kun viitataan työn ja perheen kielteiseen

vuorovaikutukseen yleensä eikä vaikutuksen suunnalla niinkään ole merkitystä. Tätä kielteistä vuorovaikutusta kuvaavien käsitteiden väliset rajat ovat paikoin epäselviä, ja työn ja perheen ristiriidan synonyyminä käytetään usein työn ja perheen välisen häirinnän käsitettä (Carlson & Grzywacz 2008).

Aiemmin totesin, että työn ja perheen yhteensovittaminen on monissa maissa nähty työssäkäyvien äitien kohtaamana haasteena. Siksi myös työn ja perheen ristiriidan tutkimus on keskittynyt naisten kokemuksiin. Vasta hiljattain on tunnustettu, että tämä ristiriita koskettaa yhtä lailla myös nykypäivän isiä. (Daly & Palkovitz 2004, 211–212; Hill 2005; Lammi-Taskula, Salmi & Parrukoski 2009, 14–15; Ranson 2012; Tang & Cousins 2005.) Moni suomalainen pikkulapsiperheen isä elää ruuhkavuosiksi kutsuttua elämänvaihetta, jossa tavoitteina on yhtäältä vahvistaa asemaa työelämässä ja viedä työuraa eteenpäin, toisaalta huolehtia lapsista ja viettää aikaa perheen kanssa (Sutela & Lehto 2014, 161). Huomionarvoista on, ettei valtaosassa kotimaisista ja kansainvälisistä tutkimuksista sukupuolten väliltä olekaan löydetty merkittäviä eroja työn ja perheen ristiriidan kokemuksissa. Miehet ja naiset raportoivat työn ja perheen ristiriitaa varsin saman verran ja samalla tavalla. (Byron 2005; Frone, Russell & Cooper 1992a; Kinnunen & Mauno 1998; Korabik, McElwain & Chappell 2008, 219; Winslow 2005.)

Työn ja perheen ristiriidat ovatkin suomalaisilla pienten lasten isillä yleisiä. Tämä näkyy esimerkiksi siten, että jopa kolmanneksella on mielestään työnsä vuoksi liian vähän aikaa perheelleen (Salmi & Lammi-Taskula 2014a, 41–43), ja lähes kaksi viidestä tuntee laiminlyövänsä kotiasioita ansiotyönsä vuoksi. Ristiriita perheestä työhön on sen sijaan harvinaisempaa, ja vain noin joka kymmenennellä isällä perhe-elämä haittaa työhön panostamista tai keskittymistä. (Sutela & Lehto 2014, 172–173.) Isien voi kuitenkin olla perhesyistä johtuen haastavaa esimerkiksi tehdä ylitöitä, tuoda töitä kotiin sekä työskennellä epätyypillisinä aikoina, kuten öisin ja viikonloppuisin (Lammi-Taskula & Salmi 2009, 42–43).

Isien kokema työn ja perheen ristiriita on yleistä myös muualla Euroopassa, ja kuten Suomessakin, isät raportoivat enemmän ristiriitaa työstä perheeseen kuin perheestä työhön. Esimerkiksi Tangin ja Cousinsin (2005) länsi- ja itäeurooppalaisia isiä vertailevassa tutkimuksessa valtaosa ruotsalaisisistä tunsii työnsä vaikeuttavan kodin tehtävien hoitamista. Sen sijaan vain harva arvioi perhevelvollisuuksiensa estävän heitä tekemästä työtään kunnolla. Isien kokemukset työn ja perheen ristiriidasta olivat varsin samanlaisia Alankomaissa ja Iso-Britanniassa, jotka edustivat tutkimuksessa länsieurooppalaisia maita Ruotsin ohella. Mielenkiintoista on, että samassa tutkimuksessa tarkastelluissa itäisen Keski-Euroopan maissa, kuten Bulgariassa, Unkarissa ja Romaniassa, isät raportoivat ristiriitaa työstä perheeseen huomattavasti länsieurooppalaisia isiä vähemmän. Vaikka maiden välinen vertailu ei olekaan tutkielmani kannalta keskeistä, työn ja perheen vuorovaikutusta tutkittaessa on tärkeää asettaa isät ja heidän kokemuksensa yksilötasoa ja perhettä laajempaan kontekstiin, jota

olen käsitellyt aiemmissa luvuissa. Maiden väliset erot saattavat selittyä esimerkiksi yhteiskunnan, työelämän ja elinkeinotoiminnan rakenteilla, lainsäädännön ja politiikan eroilla sekä yhteiskunnassa vallitsevilla erilaisilla sukupuolikulttuureilla. Nämä kaikki voivat heijastua paitsi työn ja perheen yhteensovittamiseen myös isien kokemuksiin työn ja perheen vuorovaikutuksesta. (Emt.)

Edellä havaittiin, että monissa eurooppalaisissa maissa isät kokevat työn haittaavan useammin perhe-elämää kuin perhe-elämän työtä (Tang & Cousins 2005). Nämä tulokset tukevat lukuisissa kotimaisissa ja kansainvälisissä tutkimuksissa tehtyjä havaintoja, joiden mukaan työasiat heijastuvat helpommin perheeseen kuin perheasiat työhön (esim. Bellavia & Frone 2005; Frone ym. 1992a; Rantanen & Kinnunen 2005; Sutela & Lehto 2014, 171–173). Havaintoa on selitetty eri tavoin. Ensinnäkin perheen rajapinta on nähty työn rajapintaa läpäisevämpänä, minkä vuoksi työasiat häiritsevät perhe-elämää helpommin kuin perheasiat työtä (Frone ym. 1992a). Toiseksi syyksi on ehdotettu vallitsevaa työkulttuuria, jonka ihanteita ovat kokopäivätyö, työn asettaminen perheen edelle sekä ylitöiden tekeminen. Tällaisessa kulttuurikehyksessä voi olla vaikeampaa tunnistaa ja raportoida perheen häiritsevän työtä kuin päinvastoin. (Rantanen & Kinnunen 2005, 235.)

### 3.2 Ristiriidan syistä seurauksiin

Työstä perheeseen suuntautuva ristiriita ja perheestä työhön suuntautuva ristiriita on havaittu erillisiksi ilmiöiksi. Siksi ne on jo pitkään erotettu toisistaan työn ja perheen ristiriidan tutkimuksessa. (Carlson & Grzywacz 2008; Frone, Russell & Cooper 1992b.) Silti niiden väliltä löydetään tyypillisesti positiivinen yhteys, jota on selitetty seuraavalla tavalla. Kun elämänalueet kilpailevat yksilön rajallisista fyysisistä ja psyykkisistä voimavaroista, työhön käytetty aika on pois perheeltä ja perheeseen käytetty aika taas työltä. Tämän vuoksi yksilö ei välttämättä pysty sanomaan, että hänen kokemansa työn ja perheen ristiriita johtuisi esimerkiksi vain työn vaatimuksista. Sen sijaan molemmat elämänalueet ovat osaltaan vastuussa ristiriidasta. Lisäksi ristiriidan kokemisessa voi olla yksilöllisiä eroja, joiden vuoksi osa ihmisistä kokee ristiriitaa kumpaankin suuntaan toisia enemmän. (Mesmer-Magnus & Viswesvaran 2005, 216.)

Työn ja perheen ristiriidan tyyppien syyt ja seuraukset eroavat kuitenkin jossain määrin toisistaan (Byron 2005; Carlson & Grzywacz 2008; Frone, Yardley & Markel 1997; Rantanen & Kinnunen 2005, 244). Työstä perheeseen suuntautuvan ristiriidan syyt löytyvät pääasiassa työn alueelta. Niitä ovat esimerkiksi suuri työmäärä, tiukat aikataulut, autonomian puute, korkea vaatimustaso, työyhteisön vähäinen tuki, työroolin epäselvyydet sekä työhön liittyvä stressi ja jännitteet. Myös aiemmin mainitut vuorotyö ja epäsäännölliset työajat sekä epävarmuus työn jatkuvuudesta voivat lisätä ristiriitaa työstä perheeseen. (ks. katsaukset Mesmer-Magnus & Viswesvaran

2005; Rantanen & Kinnunen 2005, 247.)

Ristiriitaa perheestä työhön taas voivat aiheuttaa vanhemmuuteen liittyvät vaatimukset ja ristiriidat, riittämätön sosiaalinen tuki perheeltä ja ystäviltä, tyytymättömyys perhe-elämään sekä perheeseen käytetyn ajan ja sitoutumisen määrä. Myös muut perheeseen ja vapaa-aikaan liittyvät stressitekijät saattavat aiheuttaa ristiriitaa perheestä työhön, samoin kuin tyytymättömyys lastenhoitojärjestelyihin sekä lasten lukumäärä ja nuori ikä. (Mesmer-Magnus & Viswesvaran 2005; Rantanen & Kinnunen 2005, 247.) Huomioin tutkimuksessani edellä mainituista tekijöistä perheessä asuvien lasten lukumäärän, työajan sekä työtunnit viikossa, sillä niiden on nähty olevan yhteydessä myös psyykkiseen hyvinvointiin (Costa ym. 2004; Michel, Kotrba, Mitchelson, Clark & Baltes 2010; Miettinen & Rotkirch 2012, 29–30; Paajanen 2006, 49, 70; Rantanen & Kinnunen 2005).

Työn ja perheen ristiriidan tyypeillä on myös erilaiset seuraukset. Perheestä työhön suuntautuvan ristiriidan on tyypillisesti odotettu aiheuttavan seurauksia työn alueella, kun taas työstä perheeseen suuntautuvan ristiriidan seuraukset näkyvät pääosin perheessä. Poissaolot, myöhästely sekä heikko suoriutuminen työssä voivat johtua perheestä työhön suuntautuvasta ristiriidasta. Ristiriidan toisesta tyypestä seuraa puolestaan tyytymättömyyttä ja keskittymisvaikeuksia perheen alueella. (Frone 2003; Frone ym. 1997.) Tulokset eivät kuitenkaan ole täysin johdonmukaisia ja yksiselitteisiä (Mesmer-Magnus & Viswesvaran 2005). On esimerkiksi havaittu, että ristiriita työstä perheeseen selittää työpaikan vaihtoaikkeitä, mutta ristiriita perheestä työhön ei. Tämä johtuu siitä, että perheestä työhön suuntautuvan ristiriidan syyt löytyvät perheen alueelta, eikä työpaikan vaihtaminen siksi ratkaise ristiriitaa. Työpaikan vaihtaminen voi sen sijaan olla keino vähentää ristiriitaa työstä perheeseen. (Frone 2003.) Näiden lisäksi ristiriidan molempien tyyppien on todettu vaikuttavan sellaisiin tekijöihin, jotka eivät kiinnity vain yhteen elämäntilanteeseen. Tällaisia asioita ovat esimerkiksi tyytyväisyys elämään yleensä, terveys- ja päihdeongelmat, masennus, somaattiset ja fyysiset oireet sekä tässä tutkimuksessa tarkastelemani psyykkinen kuormittuneisuus. (Amstad, Meier, Fasel, Elfering & Semmer 2011.)

Suomessa miesten kokeman työn ja perheen ristiriidan on todettu lisäävän pitkiä sairauspoissaoloja ja avioeroriskiä (Ojanen 2017), ja kansainvälisissä tutkimuksissa sen on havaittu vaikuttavan kielteisesti fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen sekä koettuun hyvinvointiin (Bellavia & Frone 2005, 128). Työn ja perheen ristiriita on lisäksi yhteydessä stressiin (Kelloway, Gottlieb & Barham 1999), riippuvuusongelmiin ja mieliala- ja ahdistuneisuushäiriöihin (Frone 2000; Grzywacz & Bass 2003), emotionaaliseen uupumukseen (Burke & Greenglass 1999) sekä masennukseen (Frone, Russell & Barnes 1996; Grzywacz & Bass 2003). Huomionarvoista on, että työn ja perheen kielteisen vuorovaikutuksen on havaittu heijastuvan fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin kielteisesti sukupuolesta riippumatta (Grzywacz 2000). Näiden oireiden lisäksi työn ja perheen

ristiriita voi aiheuttaa tyytymättömyyttä useisiin elämän osa-alueisiin sekä vaikeuttaa arjen tehtävistä selviytymistä (Rantanen & Kinnunen 2005, 247). Nämä ja muut tässä alaluvussa mainitut moniulotteiset seuraukset muodostavat vahvan perusteen työn ja perheen kielteisen vuorovaikutuksen tutkimiselle. Samalla ne valottavat sitä, miksi työn ja perheen ristiriidan välttämällä ja vähentämällä on merkitystä niin yksilöille, yhteiskunnalle kuin organisaatioillekin. Tässä tutkielmassa kiinnostuksen kohteena on työn ja perheen ristiriidan yhteys isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen, jota käsittelen luvussa neljä.

### 3.3 Tutkimuksen näkökulmia työn ja perheen suhteeseen

Tieteellisessä tutkimuksessa työn ja perheen yhteyttä on perinteisesti tarkasteltu muutamasta teoreettisesta mallista käsin, jotka kuvaavat erilaisia kytkentämekanismeja työn ja perheen välillä. Nämä kuusi mallia ovat **erillisyyssmalli, yhtäläisyssmalli, siirräntämalli, korvaavuusmalli, voimavarojen ehtymisen malli** sekä **työn ja perheen ristiriidan malli** (Edwards & Rothbard 2000). Tämän tutkimuksen lähtökohtana on työn ja perheen ristiriidan malli, mutta esittelen ensin viisi muuta mallia työn ja perheen yhteydestä. Jokaisesta niistä käsin työn ja perheen yhteys näyttäytyy erilaisena, mutta mallit eivät kuitenkaan ole keskenään kilpailevia vaihtoehtoja vaan pikemminkin toisiaan täydentäviä selityksiä (Frone 2003, 147; Lambert 1990). Mallit voidaan jakaa **kausaalisiin** ja **ei-kausaalisiin** malleihin sen mukaan, oletetaanko yhdellä elämänalueella tapahtuvien asioiden tuottavan seurauksia toisella elämänalueella vai ei (Rantanen & Kinnunen 2005). Käsittelen ensin kahta ei-kausaalista mallia ja sen jälkeen neljää kausaalista mallia. Näistä viimeinen on **rooliristiriidan** käsitteeseen perustuva työn ja perheen ristiriidan malli, johon syvennyn tarkemmin.

Ei-kausaalisessa **erillisyyssmallissa** työ ja perhe nähdään toisistaan erillisinä alueina. Alun perin mallissa ajateltiin, että työ ja perhe eivät kohtaa siksi, että ne ovat luonnostaan toisistaan tilallisesti, ajallisesti ja toiminnallisesti erillisiä alueita. Työn ja perheen on kuitenkin osoitettu limittyvän monin tavoin, ja siksi erillisyyssmalli ei ole tässä muodossaan saanut tukea. Nykyisen erillisyyssmallin mukaan työn ja perheen erottaminen onkin pikemminkin yksilön aktiivinen ja tietoinen valinta. Yksilö voi pyrkiä ylläpitämään rajoja elämänalueiden välillä esimerkiksi pitääkseen työasiat poissa mielestä kotona. (Edwards & Rothbard 2000; Lambert 1990; Zedeck & Mosier 1990.) **Yhtäläisyssmalli** eroaa tästä näkökulmasta siten, että sen mukaan työn ja perheen välillä voi olla välillinen positiivinen yhteys, jonka synnyttää jokin molempiin elämänalueisiin vaikuttava kolmas tekijä. Tällaisia voivat olla geneettiset tekijät, persoonallisuudenpiirteet sekä vastaamistaipumukset, joista johtuen yksilö arvioi kokevansa samanlaisia tunteita työssään ja perheessään. (Frone, Russell & Cooper 1994.) Koska kaksi edellä esitettyä mallia ovat ei-kausaalisia, niissä työn ja perheen välillä ei ole aktiivista vuorovaikutussuhdetta. Tämä johtuu joko siitä, että yksilö pyrkii tarkoituksellisesti erottamaan elämänalueet toisistaan tai siitä, että työn ja

perheen näennäinen yhteys johtuu jostakin kolmannesta tekijästä.

Näkökulmani työn ja perheen suhteeseen perustuu kausaalisiin malleihin, joissa työn ja perheen välille oletetaan syy-seuraussuhde. Toisin kuin erillisyy- ja yhtäläisyysmalleissa, yhden elämänalueen tapahtumien katsotaan tuottavan seurauksia toisella elämänalueella. (Rantanen & Kinnunen 2005.) Ensimmäistä kausaalista mallia kutsutaan **siirräntämalliksi**, joka on kenties tunnetuin eri elämänalueiden välistä vuorovaikutusta koskeva teoria. Tässä mallissa yhden elämänalueen myönteiset ja kielteiset kokemukset heijastuvat samansuuntaisina toiselle elämänalueelle (Edwards & Rothbard 2000; Evans & Bartolomé 1986; Frone 2003; Rantanen & Kinnunen 2005). Elämänalueelta toiselle voivat siirtyä esimerkiksi mieliala, tunteet, arvot, taidot sekä käyttäytyminen (Edwards & Rothbard 2000, 180, 187). Kielteisestä siirräntästä on lapsiperheessä kyse esimerkiksi silloin, kun isän työstressi näkyy kärsimättömyytenä kotona tai kun huoli perheestä heijastuu työhön matalana työvireenä (Rantanen & Kinnunen 2005). Vaikka siirräntämalli on kausaalinen ja yhtäläisyysmalli ei-kausaalinen malli, niiden välillä on myös yhdistäviä tekijöitä. Molempien mukaan yksilöt kokevat työssään ja perheessään samankaltaisia tunteita. Yhtäläisyysmallin mukaan tämä samanlaisuus johtuu kuitenkin molempiin elämänalueisiin vaikuttavasta kolmannesta tekijästä, kun taas siirräntämallissa se aiheutuu yhden elämänalueen vaikutuksesta toiseen elämänalueeseen. (Edwards & Rothbard 2000, 182.)

Toinen kausaalinen teoria on nimeltään **korvaavuusmalli**, jossa yksilön yhdellä elämänalueella kokemat kielteiset asiat saavat hänet suuntamaan aikaansa ja energiaansa toiselle elämänalueelle (Evans & Bartolomé 1986). Se täydentää siirräntämallia selittämällä, miksi kokemukset eivät aina heijastu samansuuntaisina yhdeltä elämänalueelta toiselle. Vastoin käymiset työssä saattavat saada isän panostamaan perhe-elämäänsä tai vaikea perhetilanne kannustaa häntä keskittymään työhönsä. Myös **voimavarojen ehtymisen mallissa** ajan tai huomion nähdään siirtyvän yhdeltä elämänalueelta toiselle. Voimavarojen siirtyminen voi kuitenkin johtua monesta seikasta, eikä se ole yksilön reaktio tyytymättömyyteen yhdellä elämänalueella, kuten korvaavuusmallissa katsotaan. Lisäksi voimavarojen ehtymisen malli keskittyy resurssien siirtymiseen, kun taas korvaavuusmallissa työn ja perheen välillä siirtyvät myös vaikkapa elämänalueisiin liitetyt merkitykset. (Edwards & Rothbard 2000, 181–182.) Voimavarojen ehtymisen mallin keskeisimpänä ajatuksena on, että resurssien, kuten ajan, huomion ja energian, käyttö yhdellä alueella vähentää niiden käyttömahdollisuuksia toisella alueella (Eckenrode & Gore 1990). Isät joutuvat toisin sanoen jakamaan rajallisia voimavarojaan rooliensa kesken, ja siksi voimavarojen käyttö esimerkiksi työssä vähentää perheeseen käytettävissä olevia voimavaroja (Rantanen & Kinnunen 2005).

Viimeinen kausaalinen malli on **työn ja perheen ristiriidan malli** (Edwards & Rothbard 2000), joka on esitetyistä lähestymistavoista tämän tutkielman kannalta keskeisin. Työn ja perheen ristiriitaa on mallinnettu useista eri

näkökulmista (ks. Bellavia & Frone 2005). Esimerkiksi Bronfenbrennerin (1979) ekologisen systeemiteorian kehiksestä työn ja perheen ristiriitaa tarkastellaan yksilön ympäristön eri tasoilla tapahtuvina prosesseina (Bellavia & Frone 2005, 119; Grzywacz 2000; Voydanoff 2008). Työn ja perheen ristiriidan tutkimuksen juuret ovat kuitenkin **rooliteoriassa** (Bellavia & Frone 2005, 119–120), joka toimii tämänkin tutkimuksen näkökulmana. Roolinäkökulma on työn ja perheen vuorovaikutuksen tarkastelussa keskeinen, sillä työn ja perheen rajapinta muodostaa kahteen eri elämäntilanteeseen liittyvien roolien risteyskohdan (Rantanen & Kinnunen 2005, 233). Työssään yksilö voi olla vaikkapa esimies, työntekijä tai tietyn ammattiroolin edustaja, kun taas perheen alueelle sijoittuvat esimerkiksi vanhemman, puolison ja lapsen roolit (Frone 2003, 144). Tarkastelemani miehet ovat paitsi isiä ja puolisoita myös asemastaan riippuen työntekijöitä, alempia toimihenkilöitä tai ylempiä toimihenkilöitä. Rooliteoria ei sulje pois systeemiteoreettista mallia, sillä työ- ja perheroolit muodostavat osan systeemiteorian ensimmäisestä tasosta, yksilön välittömästä ympäristöstä (Bellavia & Frone 2005, 119–120; Bronfenbrenner 1979). Seuraavaksi syvennyn tarkemmin työn ja perheen ristiriidan rooliteoreettiseen näkökulmaan.

Isät toimivat siis monissa rooleissa työssään ja perheessään. Gooden (1960) mukaan yksilön useat roolit ovat ongelmallisia siksi, että niihin liittyvät odotukset ovat väistämättä keskenään ristiriidassa. Yksilön on tästä syystä mahdotonta vastata niihin kaikkiin. Näistä ristiriitaisista odotuksista syntyvää ristiriitaa kutsutaan **rooliristiriidaksi** (Kahn, Wolfe, Quinn, Snoek & Rosenthal 1964). Tästä rooliristiriidan käsitteestä Greenhaus ja Beutell (1985) kehittivät tunnetun **työn ja perheen ristiriidan** (work–family conflict) määritelmänsä, joka on ohjannut valtaosaa työ- ja perhe-elämän välisten ristiriitojen tutkimuksesta (Bellavia & Frone 2005, 120). Greenhausin ja Beutellin (1985) mukaan työn ja perheen ristiriita on rooliristiriidan alatyyppejä, jossa työ- ja perheroolit kohdistavat yksilöön voimakkaita vastakkaissuuntaisia roolivaatimuksia. Tällöin yhdessä roolissa toimiminen hankaloittaa toiseen rooliin osallistumista.

Työn ja perheen ristiriidan näkökulmalla on joitakin yhtäläisyyksiä voimavarojen ehtymisen mallin ja siirräntämallin kanssa. Sekä voimavarojen ehtymisen että työn ja perheen ristiriidan mallissa resurssien käyttö yhdessä roolissa vähentää niiden käyttömahdollisuuksia toisessa roolissa. Työn ja perheen ristiriidan mallissa oletetaan kuitenkin lisäksi, että tämä resurssien käyttö vaikeuttaa suoriutumista toisessa roolissa. Siirräntämallia työn ja perheen ristiriidan näkökulma taas muistuttaa siten, että molemmissa käyttäytymisen ajatellaan siirtyvän roolista toiseen. Siirräntämallista poiketen työn ja perheen ristiriidan näkökulma olettaa lisäksi, että yhteen rooliin kuuluva tapa käyttäytyä haittaa toimintaa toisessa roolissa. (Edwards & Rothbard 2000, 182.)

Työ- ja perheroolien välinen ristiriita voi perustua **aikaan, kuormitukseen** tai **käyttäytymiseen**. Aikaperustainen ristiriita on kyseessä esimerkiksi silloin, kun työn parissa vietetty aika estää isää osallistumasta kodin tehtävien

hoitoon. Isä on saattanut luvata hakea lapsen hoidosta, mutta hänen täytyykin jäädä ylitöihin. Työn ja perheen ristiriita on kuormitusperustaista silloin, kun yhdestä roolista aiheutuva stressi, tyytymättömyys tai uupumus vaikeuttaa vaatimuksiin vastaamista toisessa roolissa. Isä voi esimerkiksi olla työpäivänsä jälkeen liian uupunut osallistuakseen perheen yhteisiin toimiin. Kolmanneksi työn ja perheen ristiriita voi olla käyttäytymisperustaista, jolloin rooleihin liittyvät käyttäytymisodotukset ovat keskenään ristiriidassa. (Greenhaus & Beutell 1985.) Työssä arvostetaan ehkä kriittisyyttä ja kovuutta, kun taas perheessä tarvitaan pehmeämpää lähestymistapaa asioihin (emt., 78; Rantanen & Kinnunen 2005, 234). Huomioin tutkimuksessani aika- ja kuormitusperustaisen ristiriidan, mutta tarkastelen niitä yhdessä.

Mitkä tahansa rooliin liittyvät tekijät, jotka vaikuttavat aikaan, kuormitukseen tai käyttäytymiseen kyseisessä roolissa, voivat aiheuttaa ristiriitoja kahden roolin välille. Tällaisia tekijöitä ovat esimerkiksi joustamaton työaika, puolison vähäinen tuki ja pienet lapset. Lisäksi roolipaineet ja työn ja perheen ristiriita voimistuvat, kun työ- ja perheroolit ovat keskeisiä henkilön minäkuvalle ja kun roolivaatimuksista poikkeamisella on kielteisiä seurauksia. Työssä roolivaatimukset ovat usein ilmeisempiä kuin perheen alueella, ja myös vaatimuksista poikkeamisella on selkeämmät seuraamukset työssä kuin perheessä. Miehet ovat perinteisesti kokeneet voimakkaampia sanktioita poiketessaan työrooliin liittyvistä vaatimuksista kuin jättäessään perhevelvollisuutensa hoitamatta. (Greenhaus & Beutell 1985, 77–78, 83–84.) Tutkimuksessani en pääse käsiksi roolien merkitykseen minäkuvalle tai roolivaatimuksista poikkeamisen seurauksiin, mutta on tärkeää ymmärtää, millaisia tekijöitä isien kokeman työn ja perheen ristiriidan taustalla voi valitsemani teoreettisen mallin mukaan olla.

Tämän alaluvun yhteenvetona totean, että työn ja perheen yhteyttä on mahdollista tarkastella yksilötasolla useasta näkökulmasta: kokemukset voivat siirtyä samansuuntaisina elämänalueelta toiselle, yksilö voi kompensoida yhden elämänalueen kielteisiä kokemuksia suuntaamalla voimavarojaan toiseen elämänalueeseen, elämänalueet voivat kilpailla yksilön rajallisista voimavaroista tai yksilö voi pyrkiä tietoisesti erottamaan työ- ja perhe-elämän toisistaan (Edwards & Rothbard 2000). Kun työn ja perheen vuorovaikutusta lähestytään rooliteorian kautta, työn ja perheen rajasta muodostuu kohtauspaikka kahden elämänalueen rooleille ja niihin liittyville piirteille, odotuksille, velvollisuuksille ja vaatimuksille. Tällä tavoin työn ja perheen yhteys ei tiivisty vain yhteen yksinkertaiseen kytkentämekanismiin, vaan elämänalueiden välistä vuorovaikutusta ja siihen vaikuttavia tekijöitä on mahdollista ymmärtää laaja-alaisesti ja moniulotteisesti. (Rantanen & Kinnunen 2005, 232–234.) Tässä tutkimuksessa käyttämäni työn ja perheen ristiriidan mittari perustuu Greenhausin ja Beutellin (1985) rooliteoreettiseen määritelmään. Tällä tavoin roolinäkökulma sitoo osaltaan työn ja perheen ristiriidan teoreettisen viitekehyksen sekä tutkimuksen analyysin tiiviiksi kokonaisuudeksi.



Käsittelin aiemmin tässä luvussa työn ja perheen ristiriidan syitä ja seurauksia. Tällöin todettiin, että työn ja perheen kielteisen vuorovaikutuksen seuraukset ulottuvat hyvin laaja-alaisesti yksilöiden hyvinvointiin ja toimintakykyyn useilla eri elämäntilanteilla (Rantanen & Kinnunen 2005, 247). Tästä syystä voidaan olettaa, että ristiriidan seuraukset näkyvät todennäköisesti myös isien psyykkisessä hyvinvoinnissa. Seuraavassa luvussa siirryn tarkastelemaan tutkimusasetelmani selitettävää puolta, eli isien psyykkistä hyvinvointia ja kuormittuneisuutta. Tässä luvussa olen jo kytkenyt psyykkisen hyvinvoinnin työn ja perheen ristiriitaan. Seuraavaksi käsittelen myös muita isien psyykkiseen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä.

#### 4. ISIEN PSYKKINEN HYVINVOINTI JA KUORMITTUNEISUUS

Kuten edellä on käynyt ilmi, pikkulapsiperhevaihe on Suomessa monelle isälle kiireistä aikaa. Siihen kuuluvia tärkeitä tehtäviä ovat parisuhteen ja lasten hoitamisen lisäksi uralla eteneminen ja toimeentulon hankkiminen. (Eerola & Mykkänen 2014; Huttunen 2001.) Lapsen syntymä tuo isien arkeen monia sopeutumista ja opettelua vaativia muutoksia (Jämsä 2010a, 60–63). Oman ajankäytön hallitseminen voi olla vaikeampaa kuin ennen, ja samaan aikaan myös tärkeinä pidetyt asiat ja elämän painopisteet usein vaihtuvat. Ensimmäisiksi nousevat perhe ja lapsesta huolehtiminen, kun isä on aiemmin panostanut esimerkiksi parisuhteeseensa, ystäviinsä ja harrastuksiinsa. (Kekkonen 2010.) Intensiivisessä elämäntilanteessa omasta hyvinvoinnista huolehtiminen jää helposti toissijaiseksi seikaksi, jolloin kiire ja väsymys voivat heijastua kielteisesti isien jaksamiseen (emt.; Jämsä 2010a, 69). On merkille pantavaa, että lähes kolmannes suomalaisista työssäkäyvistä pienten lasten isistä on huolissaan jaksamisestaan vanhempana (Salmi & Lammi-Taskula 2014a, 41). Tässä luvussa tarkastelen pienten lasten isien psyykkistä hyvinvointia ongelmalähtöisestä näkökulmasta ja keskityn erityisesti siihen, miksi isät saattavat kuormittua psyykkisesti tässä elämäntilanteessa.

Maailman terveysjärjestö WHO näkee terveyden kokonaisvaltaisena fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena hyvinvointina. Järjestö määrittelee mielenterveyden hyvinvoinnin tilaksi, jossa yksilö tunnistaa omat kykynsä, selviytyy elämän normaaleista haasteista, kykenee tuottamaan työhön ja pystyy toimimaan yhteisönsä hyväksi. Isien mielenterveyteen vaikuttavat erilaiset sosiaaliset, psykologiset ja biologiset tekijät, ja se on tiiviisti yhteydessä fyysiseen terveyteen ja käyttäytymiseen. (WHO 2004, 10.) Tässä tutkielmassa psyykinen hyvinvointi näyttäytyy psyykkisen kuormittuneisuuden ja positiivisen mielialan muodostamana jatkumona (Aalto 2011). Huomioni kiinnittyy isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen, joka ilmenee mieliala- ja ahdistuneisuusoireiluna (Nenonen ym. 2011, 50). Tämä oireilu näkyy esimerkiksi hermostuneisuutena sekä matalana, alakuloina ja apertena mielialana. Lisäksi kuormittuneisuuteen voi liittyä vaikeutta kokea olonsa tyyneksi, rauhalliseksi ja

onnelliseksi. (Berwick ym. 1991.) Myös mielenterveyden käsite on hyvin yleinen kansainvälisessä työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen hyvinvoinnin tutkimuksessa (esim. Giallo ym. 2012; Grzywacz 2000). Usein tutkimuksissa tarkastellaan myös yksityiskohtaisemmin esimerkiksi masennusta, ahdistusta, uupumusta tai stressioireita (Burke & Greenglass 1999; Grzywacz & Bass 2003; Kelloway ym. 1999; Kim & Swain 2007; Paulson & Bazemore 2010). Viitatessani aiempiin tutkimuksiin käytän niissä valittuja termejä. Tämän tutkielman keskiössä on kuitenkin psyykkinen kuormittuneisuus, jonka katson heijastavan laajemmin isien psyykkisen hyvinvoinnin tilaa.

Synnytyksen jälkeinen masennus liitetään tyypillisesti äiteihin. Viime vuosina sekä kansainvälisissä että suomalaisissa tutkimuksissa on kuitenkin havaittu, että myös tuore isä voi masentua lapsen synnyttyä perheeseen (Giallo ym. 2012; Jämsä 2010a; Kim & Swain 2007; Luoma ym. 2013; Paulson & Bazemore 2010). Miesten synnytyksen jälkeisen masennuksen oireita ovat esimerkiksi matala mieliala, ärtyneisyys sekä avuttomuuden tunteet, ja tämä masennus saattaa esiintyä yhdessä ahdistuneisuushäiriön tai pakko-oireisen häiriön kanssa (Kim & Swain 2007, 39; Paulson & Bazemore 2010). Viime vuosina pienten lasten isien masennusoireita on tutkittu monissa maissa. Kattavan kansainvälisen katsauksen mukaan joka kymmenes mies kärsii masennuksesta lapsen syntymän jälkeen. Kyseisen tutkimuksen mukaan masennuksen riski on korkein kolmesta kuuteen kuukautta vanhojen lasten isillä verrattuna raskausaikaan ja lapsen myöhempisiin ikävaiheisiin. (Paulson & Bazemore 2010.) Myös australialaistutkimuksessa kymmenesosan alle kuusivuotiaiden lasten isistä todettiin olevan psyykkisesti kuormittuneita. Näillä isillä psyykkisten oireiden riski oli korkeampi kuin aikuisen miesväestön keskuudessa keskimäärin. (Giallo ym. 2012.) Jonkin verran korkeampia lukemia saavutettiin suomalaistutkimuksessa, jossa Luoma tutkimusryhmineen (2013) tarkastelivat tamperelaisten 4–18 kuukauden ikäisten lasten isien masennus- ja ahdistuneisuusoireita. Tutkijat havaitsivat, että peräti joka viidennellä isällä oli jonkin verran tai paljon masennusoireita ja joka kahdeskymmenes kärsi tätä vakavammista oireista. Nämä kaikki tutkimukset osoittavat, että pienten lasten isien masennus on varsin yleinen ilmiö.

Kansainvälisen tutkimuksen mukaan isien synnytyksen jälkeiselle masennukselle altistavat biologiset ja sosiaaliset riskitekijät. Biologisia riskitekijöitä ovat esimerkiksi matalat hormonitasot, perinnöllisyys ja somaattiset sairaudet. (Hari ym. 2015, 143–145; Kim & Swain 2007.) Sosiaalisia riskitekijöitä taas ovat muutokset elämäntyyliin ja parisuhteessa, ongelmat kiintymyssuhteen muodostamisessa vauvaan, hyvien roolimallien puute, vähäinen sosiaalinen tuki, traumakokemukset, ulkopuolisuuden tunteet perheessä sekä äidin synnytyksen jälkeinen masennus. Näistä viimeinen on havaittu vahvaksi isien masennuksen selittäjäksi useissa tutkimuksissa. On siis varsin yleistä, että masentuneella isällä on perheessään masentunut puoliso. (Emt.; Don & Mickelson 2012; Paulson & Bazemore 2010.) Puolison oireet selittivät isän masennusta myös edellä mainitussa suomalaistutkimuksessa. Muita selittäjiä olivat isän keskinkertaiseksi tai heikoksi arvioima terveydentila,

ongelmat työssä, heikko parisuhteen laatu sekä tupakointi. (Luoma ym. 2013.) Masennusriski voi olla suuri myös niillä isillä, joiden odotukset lapsen syntymän jälkeisestä elämästä poikkeavat paljon siitä, millaiseksi perheen arki todellisuudessa muotoutuu lapsen synnyttyä perheeseen (Bielawska-Batorowicz & Kossakowska-Petrycka 2006).

Suomessa äitien masennuksen on nähty liittyvän erityisesti yhteiskunnan asettamiin vaatimuksiin ja äitien kantamaan syyllisyydentunteeseen. Isien masennuksen taustalla taas on katsottu olevan vastuu elintasosta, puutteellisiksi koetut tunne- ja hoivataidot, turvaton asema erossa sekä raskausajan vanhemmuuden epäkonkreettisuus. Myös yhteiskunnan odotuksilla on todennäköisesti roolinsa isien synnytyksen jälkeisen masennuksen selittäjänä. Kun äitien ja isien perhevastuut ovat lähentyneet toisiaan, he todennäköisesti kokevat myös aiempaa samanlaisempia väsymys- ja masennusoireita. (Jämsä 2010a, 71–72.) Eräs keskeinen masennusriskitekijä suomalaisilla isillä voi olla myös alkoholinkäyttö. Halmeen (2009, 76) väitöstutkimuksessa peräti joka kolmas pienen lapsen isä voitiin luokitella alkoholin riskikäyttäjäksi, jonka alkoholinkäyttöön liittyi terveysriskejä ja sosiaalista haittaa (ks. myös Jämsä 2010a, 72). Lienee syytä olettaa, että monet edellä mainituista masennukselle altistavista riskitekijöistä ennustavat myös isien psyykkistä kuormittuneisuutta.

Huomioin tutkimuksessani useita sellaisia taustatekijöitä, joilla on Suomessa ja muualla maailmassa havaittu olevan yhteys psyykkiseen hyvinvointiin. Ensimmäinen näistä on sosioekonominen asema, joka heijastuu laajasti ihmisten terveyteen ja hyvinvointiin. Ylempään sosioekonomiseen luokkaan kuuluvat voivat Suomessa keskimääräisesti paremmin ja elävät pidempään kuin alempaan luokkaan kuuluvat. (Kaikkonen ym. 2012; Palosuo ym. 2007.) Lapsiperheessä matala sosioekonominen asema voi näkyä toimeentulon ongelmina, jotka pahimmillaan lisäävät isän stressiä ja heijastuvat kielteisesti koko perheen hyvinvointiin (Kaikkonen ym. 2012). Isien psyykkiseen hyvinvointiin voivat vaikuttaa myös viikoittainen työaika sekä työajan epätyypillisuus. Vuoden 2011 perhebarometrin mukaan pitkä työviikko ja epätyypillinen työaika, erityisesti vuorotyö, lisäävät suomalaisten isien kokemusta jatkuvasta kiireestä (Miettinen & Rotkirch 2012, 29–30). Laajassa eurooppalaisaineistossa tulokset olivat samankaltaisia. Yli 40-tuntista työviikkoa tekevät ja epätyypillisinä aikoina työskentelevät miehet kokivat enemmän stressiä, yleistä uupumusta, univaikeuksia ja ahdistusta kuin lyhyempää työviikkoa ja säännöllistä työaikaa tekevät miehet (Costa ym. 2004).

Myös puolison työssäkäynti voi heijastua pienten lasten isien psyykkiseen hyvinvointiin. Yhdysvalloissa tehdyssä tutkimuksessa puolison työn havaittiin vaikuttavan miesten hyvinvointiin kielteisesti silloin, kun puoliso työskenteli yli 40 tuntia viikossa (Stolzenberg 2001). Kansainvälisessä kirjallisuuskatsauksessa ja suomalaistutkimuksessa puolison kokopäivätyön taas todettiin vähentävän isän kokemaa kiirettä ja psyykkistä

kuormitusta (Barnett 2006, 129; Miettinen & Rotkirch 2012, 29–30). Jälkimmäinen tulos voi selittyä sillä, että molempien vanhempien työssäkäynti lisää perheen tuloja ja taloudellista vakautta (Barnett 2006, 109). Toisaalta kahden ansaitsijan perheen arki vaatii erilaisia järjestelyjä kuin toisen vanhemman hoitaessa lasta kotona (Damaske & Gerson 2008). Lasten lukumääräkään ei ole merkityksetön tekijä isän psyykkisen hyvinvoinnin kannalta. Vanhemmuuteen liittyvät vaatimukset on suomalaisissa ja kansainvälisissä tutkimuksissa nähty sitä suurempina, mitä enemmän lapsia perheessä on (esim. Michel ym. 2010; Rantanen & Kinnunen 2005). Tämä näkyy esimerkiksi siten, että lasten lukumäärän kasvaessa myös suomalaisten isien kokemus jatkuvasta kiireestä kasvaa (Miettinen & Rotkirch 2012, 29–30). Edellä viittaamieni tulosten perusteella huomioin tutkimuksessani kuusi pienten lasten isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen vaikuttavaa tekijää. Ne ovat isän sosioekonominen asema, ansiotyötunnit viikossa, työaika, puolison kokopäivätyö, perheessä asuvien lasten lukumäärä sekä isän ikä. Osa näistä tekijöistä on yhteydessä myös työn ja perheen ristiriitaan, kuten edeltävässä luvussa toin esiin.

Tutkielmani alussa esitin, että isien tunnistetaan nykyään vaikuttavan lastensa kehitykseen ja hyvinvointiin monin tavoin (ks. sivu 6). Kansainvälisten kirjallisuuskatsausten mukaan myös isien psyykkisellä hyvinvoinnilla on lasten kasvuympäristön kannalta ratkaiseva merkitys, ja isän mielenterveysongelmat ovat koko perheen hyvinvointia uhkaava riskitekijä. Isien mielenterveysongelmat heijastuvat isä–lapsi-vuorovaikutuksen laatuun ja sisältöön, isän kykyyn huolehtia lapsistaan, vanhempien parisuhteeseen sekä isän suoriutumiseen työssään. Isän masennus voi esimerkiksi vaikeuttaa turvallisen kiintymyssuhteen muodostumista isän ja lapsen välille, johtaa lapsen tunne-elämän ja käyttäytymisen ongelmiin myöhemmissä ikävaiheissa, lisätä konflikteja puolison kanssa sekä kasvattaa puolison masennusriskiä. Lisäksi mielenterveysongelmista kärsivien isien lapsilla on suurempi riski sairastua psyykkisesti. (Kim & Swain 2007, 39; Ramchandani & Psychogiou 2009.) Todennäköisesti myös isän psyykkisellä kuormittuneisuudella on samanlaisia seurauksia lapsiperheissä. Erilaiset stressitekijät, kuten työn ja perheen ristiriita, eivät kuitenkaan väistämättä johda isän kuormittumiseen, vaan monenlaiset tekijät voivat muokata yhteyttä näiden kahden välillä (Eckenrode & Gore 1990). Tässä tutkielmassa keskeisin tällainen tekijä on puolisolta saatu sosiaalinen tuki, jota tarkastelen seuraavassa luvussa.

## 5. SUOJAAVA SOSIAALINEN TUKI

Tässä luvussa käsittelen sosiaalista tukea, sillä olen kiinnostunut puolisolta saadun tuen vaikutuksesta isän kokeman työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen. Aloitan sosiaalisen tuen määrittelyllä ja esitän sitten kaksi mekanismia, joiden välityksellä sosiaalisen tuen on nähty liittyvän hyvinvointiin. Toisessa alaluvussa käsittelen sitä, millaisia sosiaalisen tuen lähteitä lapsiperheiden vanhemmilla

on. Tarkasteluni kohteena on isän puolisoltaan saama konkreettinen apu ja henkinen tuki sekä tämän tuen merkitys isän toiminnalle, hyvinvoinnille ja parisuhteelle. Käsittelen lyhyesti myös lapsiperheiden vanhempien yleisimpiä erosyitä, sillä ne kertovat osaltaan sosiaalisen tuen merkityksestä parisuhteen hyvinvoinnille.

## 5.1 Sosiaalinen tuki puskurina ja hyvinvointiin vaikuttavana tekijänä

Sosiaalisen tuen on osoitettu toimivan suojaavana tekijänä monenlaisissa elämäntapausten siirtymissä. Samalla sen on havaittu suojelevan ihmisiä kriisien ja muiden kielteisten tapahtumien vahingollisilta terveydellisiltä seurauksilta. (Cobb 1976.) Sosiaalisella tuella viitataan sosiaalisten suhteiden sisällöllisiin, laadullisiin ja toiminnallisiin aspekteihin. Suhteiden rakenteellista puolta kuvaavat sen sijaan niiden olemassaolo, määrä ja rakenne. (Gottlieb 1985; House 1987; House & Kahn 1985.) House ja Kahn (1985, 101) kokoavat artikkelissaan Housen muutamaa vuotta aiemmin esittämän tunnetun jaottelun<sup>1</sup>, jonka mukaan sosiaalinen tuki voidaan jakaa **emotionaaliseen, arvioivaan, tiedolliseen ja välineelliseen tukeen**. Emotionaalisella tuella viitataan toisten osoittamiin tunteisiin, arvostukseen, luottamukseen, kiinnostukseen sekä kuuntelemiseen. Arvioiva tuki antaa mahdollisuuden palautteen, vahvistuksen ja vertailukohtien saamiseen, kun taas neuvot, ohjeet ja ehdotukset kuuluvat tiedollisen tuen alueelle. Välineellisellä tuella tarkoitetaan konkreettista apua, kuten palveluksia tai taloudellista tukea. Tutkielmassani en erottele tuen tyyppejä toisistaan, vaan katson puolisolta vanhemmuuteen saadun tuen sisältävän niin tiedollista, arvioivaa, välineellistä kuin emotionaalistakin apua. Tuen tyyppin lisäksi voidaan erottaa tuen lähde, joita ovat esimerkiksi puoliso, sukulaiset, ystävät, naapurit, esimies ja työtoverit, itseapuryhmät sekä terveyden ja hyvinvoinnin ammattilaiset (emt.)

Sosiaalisen tuen on lukuisissa tutkimuksissa havaittu olevan yhteydessä hyvinvointiin (esim. Cobb 1976; Cohen & Syme 1985; Lakey & Cohen 2000), mutta näkemykset mekanismeista eroavat toisistaan. Sosiaalisen tuen ja hyvinvoinnin yhteyksiä tarkasteltaessa lähtökohtana on useimmiten joko **päävaikutusmalli** tai **puskurointimalli**. Niiden keskeisin ero on, nähdäänkö sosiaalisen tuen vaikutus hyvinvointiin suorana vai oletetaanko sosiaalisen tuen puskuroivan stressitekijöiden kielteisiä vaikutuksia. Tutkielmassani näitä stressitekijöitä ovat työstä perheeseen suuntautuva ristiriita ja perheestä työhön suuntautuva ristiriita. Kummatkin mallit ovat saaneet tukea, usein myös samassa tutkimuksessa. Päävaikutusmallin mukaan sosiaalisella tuella on itsenäinen ja muista tekijöistä riippumaton hyvinvointia edistävä vaikutus, joka ei rajoitu stressaaviin olosuhteisiin vaan pätee kaikissa tilanteissa. Tämä vaikutus voi perustua siihen, että sosiaaliset verkostot tarjoavat ihmisille säännöllisiä myönteisiä kokemuksia, arvostusta ja sosiaalisesti palkitsevia rooleja. Nämä roolit taas lisäävät tunnetta

---

<sup>1</sup>Alkuperäinen lähde: House, James (1981) Work stress and social support. Reading: Addison-Wesley.

elämäntilanteen ennustettavuudesta ja vakaudesta. Lisäksi sosiaaliset verkostot voivat auttaa välttämään kielteisiä kokemuksia, kuten taloudellisia ongelmia. (Cohen & Wills 1985.)

Tarkastelen sosiaalista tukea puskurointimallin näkökulmasta, josta suuri osa työn ja perheen ristiriidan ja sen vaikutusten tutkimuksesta on lähtenyt (Carlson & Perrewé 1999, 516). Sosiaalisen tuen puskurointivaikutuksella tarkoitetaan sitä, että läheiset ja tukevat sosiaaliset suhteet voivat heikentää yhteyttä stressaavien kokemusten, kuten työn ja perheen ristiriidan, sekä toimintakyvyn ja hyvinvoinnin välillä (Eckenrode & Gore 1990, 209). Tuki siis heikentää positiivista yhteyttä stressitekijän ja kuormittuneisuuden välillä ja suojaa henkilöitä stressaavan tapahtuman potentiaalisilta haitoilta (Carlson & Perrewé 1999, 516). Puskurointimalliin perustuen oletan, että puolison riittävä tuki heikentää työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden välistä yhteyttä. Tuki toimii Thoitsin (1986) mukaan tehokkaimmin silloin, kun tukija ja tuettava ovat samankaltaisessa elämäntilanteessa ja ymmärtävät toisiaan emotionaalisesti. Tämän vuoksi voisi ajatella, että tuen saaminen juuri puolisolta on isän hyvinvoinnin kannalta erityisen merkityksellistä. Isien kohdalla sosiaalisen tuen puskurointivaikutusta ei kuitenkaan tietääkseni ole aiemmin tutkittu.

Sosiaalinen tuki lieventää stressaavien elämäntapahtumien vaikutuksia terveyteen kahdella tavalla. Ensinnäkin muilta saatu tuki parantaa stressaaviin tilanteisiin sopeutumista ja niiden hallintaa, jolloin stressitekijän vaikutus hyvinvointiin vähenee. (Lakey & Cohen 2000.) Sosiaalinen tuki toimii tällöin resurssina, joka auttaa hallitsemaan työ- ja perherooleihin liittyvää stressiä (Eckenrode & Gore 1990, 209). Toiseksi pelkkä arvio tuen saatavilla olosta voi johtaa siihen, että potentiaalisesti uhkaavat tilanteet arvioidaan vähemmän stressaaviksi. Tällöin uskomus siitä, että tukea on saatavilla, suojaa yksilöä stressitekijöiden kielteisiltä hyvinvointivaikutuksilta. (Lakey & Cohen 2000.)

Sosiaalista tukea on tarkasteltu myös muista näkökulmista tutkimuksissa, jotka koskevat työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden yhteyttä. Sitä on tutkittu esimerkiksi työn ja perheen ristiriitaa vähentävänä tekijänä. Tällöin työn alueelta saadun tuen on havaittu vähentävän erityisesti ristiriitaa työstä perheeseen ja puolisolta saadun tuen taas ristiriitaa perheestä työhön. (Selvarajan, Cloninger & Singh 2013.) Lisäksi on esitetty, että sosiaalinen tuki vähentää työn ja perheen ristiriitaa, mikä taas vähentää kuormittuneisuutta. Sosiaalisella tuella voi siis olla monenlaisia vaikutuksia työn ja perheen ristiriitaan, psyykkiseen kuormittuneisuuteen sekä näiden kahden väliseen yhteyteen. Myös käytetyt sosiaalisen tuen mittarit voivat vaikuttaa siihen, millaisia havaintoja edellä mainittujen asioiden välisistä yhteyksistä tehdään. Sosiaalisen tuen käytön tai saatavilla olon lisäksi voidaan tutkia esimerkiksi sitä, kuinka tyytyväinen yksilö on saamaansa tukeen. (Ayman & Antani 2008, 298.) Tässä tutkimuksessa tarkastelen isien kokemusta puolisoltaan

saamansa tuen riittävydestä. Työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden yhteyteen voivat lisäksi vaikuttaa esimerkiksi yksilölliset hallinta- ja sopeutumiskeinot, erilaiset muut stressitekijät sekä pysyvät ominaisuudet, kuten sukupuoli (Eckenrode & Gore 1990, 208–209), joita en kuitenkaan tarkastele tässä tutkimuksessa.

## 5.2 Lapsiperheiden isien sosiaalinen tuki

Lapsen syntymä perheeseen merkitsee suurta elämänmuutosta, ja siksi vanhempien tuen tarve on erityisen suuri ensimmäisen lapsen odotuksen ja hoidon kohdalla. Lapsiperheiden sosiaalista tukea tutkittaessa on usein keskitytty erityisasemassa oleviin perheisiin, kuten yksinhuoltajaperheisiin tai perheisiin, joissa on sairas lapsi. (Viljamaa 2003, 18–26.) Tutkimuksessa kiinnostuksen kohteena on ollut erityisesti esikoisensa saaneiden äitien tarvitsema tuki (emt.), kun taas isien tukikokemuksia on tarkasteltu selvästi harvemmin (Lähteenmäki & Neitola 2014, 65). Isätkin tarvitsevat kuitenkin tukea vanhemmuuteensa ja tunteidensa käsittelyyn (Jämsä 2010a, 73; Kalliomaa 2010, 104–107; Paajanen 2006, 62), ja siksi isien saamaa sosiaalista tukea on hyvin tärkeää tarkastella.

Pienten lasten vanhemmat saavat Suomessa sosiaalista tukea sekä epävirallisista tukiverkostoista että virallisilta tahoilta. Epävirallisia verkostoja muodostavat muun muassa perhe, suku, ystävät ja naapurit. Virallisia tahoja taas ovat esimerkiksi tiedotusvälineet ja neuvola. Virallisten tahojen tuki kattaa lapsiperheille suunnattuja palveluita, vanhemmuusetuuksia sekä työelämän vanhemmuutta tukevia käytäntöjä, joista osaa olen käsitellyt alaluvussa 2.3. (Viljamaa 2003, 18.) Tämä tuki on tärkeää lapsen hoitoon ja kasvatukseen liittyvissä kysymyksissä sekä erilaisissa kriisitilanteissa, mutta myös lapsiperheiden toimeentulon kannalta (Lähteenmäki & Neitola 2014, 66; Sosiaali- ja terveysministeriö. Lapsiperheiden tuet). Julkisten tukipalveluiden haasteena on, että moni suomalaisista kokee niiden olevan suunnattu pääasiassa äideille. Isät saattavat tuntea, että heidän kokemuksensa ja hyvinvointinsa jäävät esimerkiksi neuvolassa toissijaisiksi äitiyden rinnalla. (Jämsä 2010b, 117–119; Kalliomaa 2010, 106.) Vuoden 2006 perhebarometrissä haastatellut suomalaisisät toivoivatkin yhteiskunnalta isyyteensä enemmän tukea. Isät odottivat muun muassa joustavaa isyysvapaata, taloudellista tukea, isille suunnattuja opetusmateriaaleja, vertaisryhmätoimintaa, työn ja perheen yhteensovittamista tukevia työelämän ratkaisuja sekä entistä parempaa huomioimista neuvolassa ja terveydenhuollossa. (Paajanen 2006, 66–67.)

Myös ystävät ja sukulaiset voivat toimia tärkeinä tukiverkostoina pienten lasten isille (Kalliomaa 2010, 104). Epävirallisista tukiverkostoista saatava tuki voi olla lastenhoitoa lapsen sairastapauksissa, apua kodin käytännön askareissa ja kuljetuksissa sekä tunteiden ja kokemusten sosiaalista jakamista (emt.; Lähteenmäki & Neitola 2014, 66). Monelle pienen lapsen isälle toiset samassa elämäntilanteessa olevat miehet ovat tärkeä tuki, sillä

heidän kanssaan isät voivat keskustella tuntemuksistaan ja saada muiden miesten näkökulmaa isyyteen (Paajanen 2006, 65). Tästä huolimatta kansainvälisissä tutkimuksissa on havaittu, että miehet tukeutuvat naisia voimakkaammin puolisoonsa. Naiset taas raportoivat saavansa enemmän tukea sukulaisiltaan, ystäviltään ja työtovereiltaan kuin miehet. (Olson & Schultz 1994; van Daalen, Sanders & Willemsen 2005.) Myös Suomessa miehet ovat naisia useammin puolisonsa tuen varassa. Miesten on esimerkiksi havaittu puhuvan huomattavasti naisia harvemmin parisuhdeongelmistaan suhteen ulkopuolisten ihmisten kanssa. Naisista poiketen miehet näyttävät jakavan ongelmiaan ystäviensä ja sukulaistensa kanssa vasta silloin, kun ongelmat ovat vakavia. (Kontula 2013, 119–120.)

Puolisoiden keskinäinen tuki edustaa perheen sisäistä tukea, eikä sitä aina ole katsottu sosiaaliseksi tueksi (esim. Cochran & Niego 1995; Lähteenmäki & Neitola 2014). Belsky (1990) näkee kuitenkin hyvin toimivan parisuhteen perheen sisäisenä sosiaalisen tuen järjestelmänä, joka tarjoaa sekä emotionaalista että välineellistä tukea. Näkemykseni puolisolta saadun tuen merkityksestä pohjautuu tähän ajatukseen. Vaikka muutkin tukiverkostot voivat tarjota arvokasta apua, puoliso on tavallisesti parisuhteessa elävien ihmisten tärkein tukihenkilö (Kontula 2013, 225). Puolisolta saatava tuki voi olla toisesta huolehtimisesta, ymmärrystä, hyväksyntää, kuuntelemista, joustamista, neuvoja, arvostuksen osoittamista sekä käytännön apua, kuten kodin ja lasten hoitamista (emt., 24; Weiss 1990). Tässä tutkimuksessa huomionkohteena on isän vanhemmuuteensa puolisoltaan saama konkreettinen apu ja henkinen tuki, joiden voidaan nähdä vastaavan aiemmin esitetyn jaottelun välineellistä ja emotionaalista tukea. Kuten mainittu, puolison tuki voi kuitenkin sisältää hyvin monenlaisia elementtejä.

Kansainvälisissä tutkimuksissa on havaittu, että siirtymä vanhemmuuteen vaikuttaa parisuhteeseen monin tavoin ja saattaa myös koetella vanhempien parisuhdetta. Siksi puolisoiden välisessä sosiaalisessa tuessakin voi tässä vaiheessa tapahtua muutoksia. Kun vanhemmat kokevat stressiä uudesta elämäntilanteesta ja lapsen tarpeet menevät parisuhteen hoitamisen edelle, puolisoilla on käytettävissään aiempaa vähemmän resursseja tukea toisiaan. (Don & Mickelson 2012; Lammi-Taskula & Salmi 2009.) Ensi kertaa vanhemmiksi tulleiden parien erosyitä tarkastelleessa ruotsalaistutkimuksessa havaittiin, että tärkeimpien eroon johtaneiden tekijöiden joukossa olivat vanhemmuuden aiheuttama kuormitus, läheisyyden puute sekä riittämätön kommunikaatio (Hansson & Ahlborg 2016). Suomalaistutkimuksessa yleisimpien erosyiden joukkoon on yltänyt myös puolisolta saatu riittämätön tuki (Kontula 2013, 160). Pienten lasten isien arviot tuen riittävyydestä ovat siis tärkeitä myös siksi, että ne kertovat kenties jotakin myös isien parisuhteen tilasta. Arviot riittämättömästä tuesta voivat viestiä ongelmista parisuhteessa, kun taas kokemukset riittävästä tuesta antavat myönteisemmän kuvan puolisoiden keskinäisestä suhteesta.



Elämänvaiheeseen liittyvistä haasteista huolimatta pienten lasten isät ovat Suomessa tyytyväisiä puolisoltaan saamaansa tukeen ja arvioivat sen riittäväksi. Isät kokevat saavansa eniten tukea ja ymmärrystä juuri puolisoltaan. Valtaosa isistä arvioi myös pystyvänsä tukemaan puolisoaan vastavuoroisesti. (Kalliomaa 2010, 104; Paajanen 2006.) Puolisoiden toisilleen tarjoama emotionaalinen tuki on merkityksellistä parisuhteen laadulle, sillä sen on havaittu olevan suorassa yhteydessä parisuhteen tyytyväisyyteen. Puolisoiden keskinäinen ystävällisyys ja hellyys voivat myös suojata suhdetta konflikteilta ja negatiivisuudelta. (Kontula 2013, 24.) Lisäksi puolison tuki on tärkeää isän psyykkisen hyvinvoinnin kannalta. Monissa kansainvälisissä tutkimuksissa on esimerkiksi havaittu, että puolisolta saatu vähäinen tuki on yhteydessä isillä lapsen syntymän jälkeiseen masennukseen, jota käsiteltiin luvussa neljä (esim. Bielawska-Batorowicz & Kossakowska-Petrycka 2006; Don & Mickelson 2012; Dudley, Roy, Kelk & Bernard 2001). Puolison tarjoaman tuen on havaittu myös tukevan vastuullista ja aktiivista isyyttä sekä jaettua vanhemmuutta (Doherty, Kouneski & Erickson 1998, 285–288). Viimeksi mainittu näyttää hyvin myönteiseltä seuraukselta paitsi osallistuvan isyyden myös vanhempien tasa-arvoisen työnjaon edistämisen kannalta perheissä.

Tässä luvussa esitetyt tutkimustulokset korostavat puolison tuen tärkeyttä pienten lasten isien hyvinvoinnille ja perustelevat samalla, miksi tätä tukea on tärkeää tutkia. Tarkastelen puolison tukea ensisijaisesti puskurointimallin näkökulmasta, eli odotan sen suojaavan isien psyykkistä hyvinvointia työn ja perheen ristiriidan kielteisiltä seurauksilta. En kuitenkaan sulje pois mahdollisuutta, että sosiaalinen tuki vähentää isien psyykkistä kuormittuneisuutta myös suoraan. Tämä luku päättää tutkielmani kirjallisuusosuuden, ja seuraavassa luvussa esitän tutkimuskysymykseni ja -hypoteesini.

## 6. TUTKIMUSKYSYMYKSET JA HYPOTEESEIT

Tutkielmassani selvitän työstä perheeseen suuntautuvan ristiriidan ja perheestä työhön suuntautuvan ristiriidan yhteyttä yksivuotiaiden lasten isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen. Työn ja perheen yhteensovittaminen on työssäkäyville pienten lasten isille keskeinen haaste, ja isien kokemat ristiriidat työn ja perheen välillä ovat yleisiä niin Suomessa kuin monissa muissakin maissa (esim. Paajanen 2006; Salmi & Lammi-Taskula 2014a; Tang & Cousins 2005). Sekä kotimaisissa että kansainvälisissä tutkimuksissa pienten lasten isien on lisäksi todettu kärsivän erilaisista psyykkiseen kuormittuneisuuteen liittyvistä oireista, jotka saattavat pahimmillaan heijastua kielteisesti koko perheen hyvinvointiin (Kim & Swain 2007; Luoma ym. 2013; Paulson & Bazemore 2010; Ramchandani & Psychogiou 2009). Tällä hetkellä tiedetään kuitenkin varsin vähän edellä mainittujen asioiden yhteydestä eli siitä, miten pienten lasten isien kokema työn ja perheen ristiriita heijastuu heidän psyykkiseen

hyvinvointiinsa. Myös isien tukiverkostot ovat vasta hiljattain tutkimuksissa huomioitu aihe (Lähteenmäki & Neitola 2014, 65), vaikka läheisten ihmisten tuella on keskeinen merkitys isien hyvinvoinnille (emt.; Don & Mickelson 2012; Paajanen 2006, 62–66). Erityisesti puolisolta saatu sosiaalinen tuki on pienten lasten isille hyvin tärkeää (Halle ym. 2008; Kalliomaa 2010, 104). Siksi tarkastelen tässä tutkimuksessa, suojaako puolison riittävä tuki työn ja perheen ristiriitaa kokevia isiä psyykkiseltä kuormittumiselta.

Näiden asioiden tutkiminen on perusteltua siksi, että työn ja perheen vuorovaikutuksella ja isien psyykkisellä hyvinvoinnilla on suuri merkitys niin yksilötasolla, perheissä, organisaatioissa kuin yhteiskunnassa laajemmin (esim. Bellavia & Frone 2005; Kim & Swain 2007; Mesmer-Magnus & Viswesvaran 2005; Salmi 2004; Toppinen-Tanner 2016). Sekä lapsiperheiden hyvinvointia että työn ja perheen yhteensovittamista tuetaan suomalaisessa yhteiskunnassa monin tavoin, mikä osaltaan kertoo tämän tutkimuksen ytimessä olevien aiheiden tärkeydestä ja ajankohtaisuudesta (Lammi-Taskula ym. 2009; Sosiaali- ja terveysministeriö. Lapsiperheiden tuet, Palvelut perheille). Asetan tässä viitatus ja kirjallisuusosuudessa tarkemmin käsitellyn aiemman tutkimuksen perusteella alla olevat tutkimuskysymykset. Ensimmäinen tutkimuskysymykseni sisältää kaksi osaa, sillä tarkastelen tutkielmassani työn ja perheen ristiriidan kummankin tyyppin yhteyttä isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen. Toinen tutkimuskysymykseni tuo mukaan sosiaalisen tuen näkökulman, joka on todettu keskeiseksi stressitekijöiden ja hyvinvoinnin välistä suhdetta koskevassa tutkimuksessa (esim. Cohen & Wills 1985; Kinnunen & Mauno 2008; Lakey & Cohen 2000). Tutkimuskysymykseni ovat:

1. Miten työn ja perheen ristiriita on yhteydessä yksivuotiaiden lasten isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen?
  - a. Miten **työstä perheeseen suuntautuva ristiriita** on yhteydessä yksivuotiaiden lasten isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen?
  - b. Miten **perheestä työhön suuntautuva ristiriita** on yhteydessä yksivuotiaiden lasten isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen?
2. Vaikuttaako puolisolta saatu sosiaalinen tuki työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen?

Aiempi tutkimus on osoittanut, että työn ja perheen ristiriidan molemmilla tyypeillä on merkittäviä kielteisiä seurauksia ihmisten hyvinvoinnille. Ristiriidan kokeminen lisää erityisesti psyykkisiä oireita, kuten masennusta, uupumusta ja ahdistusta. (Bellavia & Frone 2005; Burke & Greenglass 1999; Frone ym. 1996; Grzywacz 2000; Grzywacz & Bass 2003; Kelloway ym. 1999; Rantanen & Kinnunen 2005.) Lisäksi on havaittu, että yhteys erilaisten stressitekijöiden, kuten työn ja perheen ristiriidan, ja fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin välillä riippuu lähipiiriltä saadusta sosiaalisesta tuesta (Cobb 1976; Cohen & Wills 1985; Kessler & McLeod 1985; Olstad, Sexton & Sjøgaard 2001). Tätä sosiaalisen tuen vaikutusmekanismia kutsutaan puskurointivaikutukseksi, sillä tuen nähdään

heikentävän puskurin tavoin yhteyttä stressitekijän ja siitä aiheutuvien kielteisten seurausten välillä (Carlson & Perrewé 1999, 516). Näiden tutkimusten pohjalta asetan seuraavat hypoteesit:

- H1. Työstä perheeseen suuntautuva ristiriita lisää isien psyykkistä kuormittuneisuutta.
- H2. Perheestä työhön suuntautuva ristiriita lisää isien psyykkistä kuormittuneisuutta.
- H3. Puolison riittävä tuki suojaa työn ja perheen ristiriitaa kokevia isiä psyykkiseltä kuormittumiselta. Työn ja perheen ristiriita on yhteydessä psyykkiseen kuormittuneisuuteen voimakkaammin niillä isillä, jotka eivät saa puolisoltaan riittävästi tukea, kuin niillä, jotka saavat sitä riittävästi.

Luvussa kahdeksan raportoin, saivatko hypoteesini tukea tutkimukseni tuloksista. Seuraavaksi siirryn esittelemään tutkimukseni aineistoa ja käyttämiäni menetelmiä.

## 7. AINEISTO JA MENETELMÄT

### 7.1 Aineisto, rajaaminen ja tutkimuksen eettisyys

Tutkimukseni aineistona on CHILDCARE-hankkeen (*Tasa-arvon kysymykset lasten varhaiskasvatuksen, esiopetuksen ja hoidon tukien järjestelmässä*) keräämä varhaiskasvatuskyselyaineisto, joka koskee yksivuotiaiden lasten perheitä. Kyselytutkimuksen tavoitteena oli selvittää varhaiskasvatuspalvelujen ja lastenhoidon tukien käyttöä vanhempien ja huoltajien näkökulmasta. Vuosille 2015–2020 ajoittuva hanke tarkastelee suomalaista lastenhoidon tukien ja varhaiskasvatuspalvelujen kokonaisuutta sekä niiden paikallista vaihtelua tasa-arvon näkökulmasta. Hankkeen päämääränä on tuottaa tietoa näiden järjestelmien ja palvelujen kehittämiseksi, ja siksi se toimii tiiviissä yhteistyössä kuntien, valtionhallinnon viranomaisten ja järjestöjen kanssa. Monitieteinen hanke toteutuu Jyväskylän ja Tampereen yliopistojen ja Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen yhteistyönä. Sitä rahoittaa Suomen Akatemian Strategisen tutkimuksen neuvoston Tasa-arvo ja yhteiskunta -ohjelma. (Hietamäki ym. 2017.)

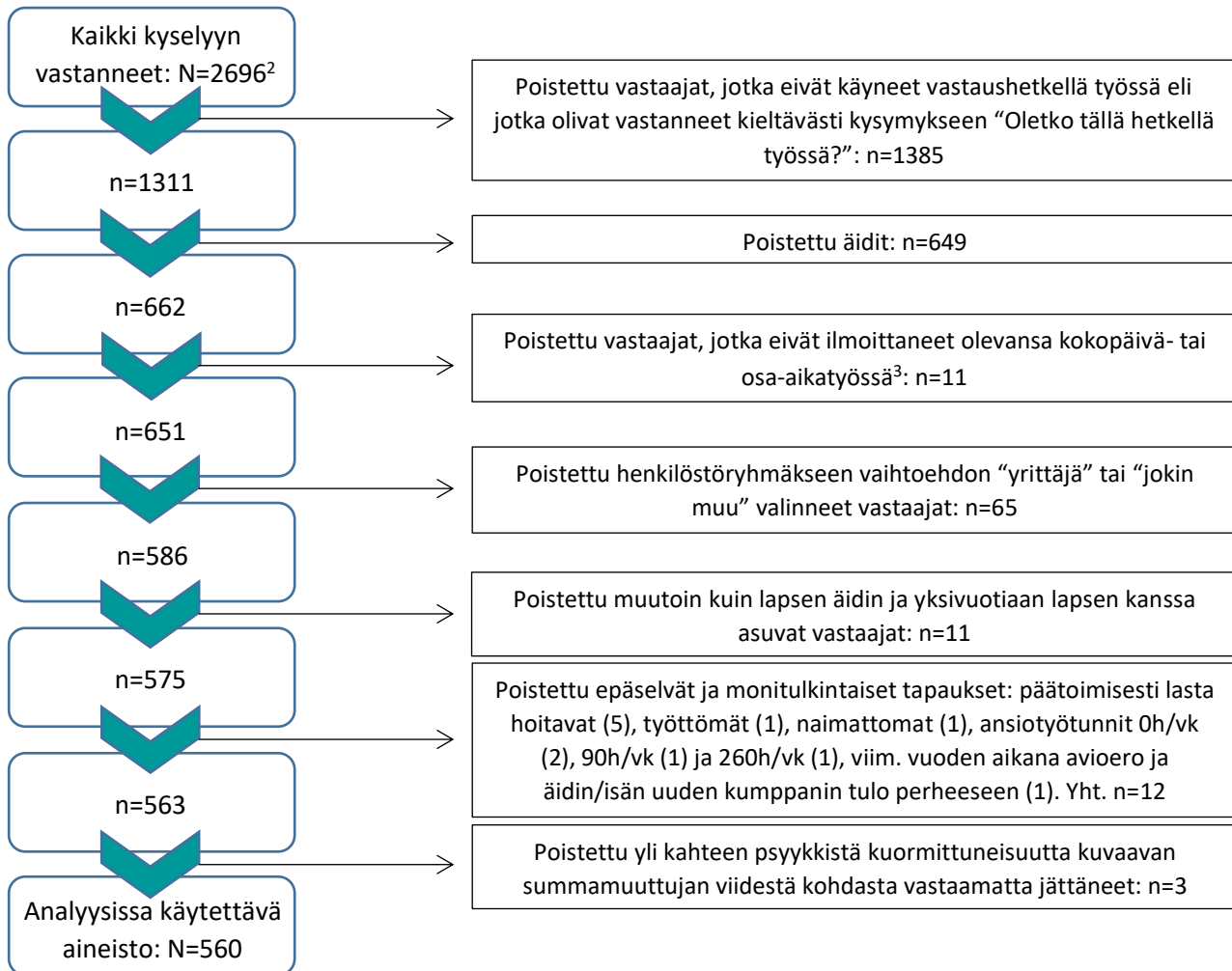
Kyselyaineisto kerättiin kesän ja syksyn 2016 aikana kymmenessä tutkimuskunnassa: Alajärvellä, Haminassa, Helsingissä, Jyväskylässä, Kittilässä, Lieksassa, Oulussa, Salossa, Tampereella ja Ulvilassa. Kuntia valittaessa huomioitiin niiden maantieteellisen sijainnin lisäksi väestöön ja elinkeinorakenteeseen liittyvät seikat sekä kuntien lastenhoidon tukijärjestelmät ja varhaiskasvatuspalvelujen järjestämisen tavat. Tutkimukseen pyrittiin ottamaan mukaan näiden tekijöiden suhteen erityyppisiä paikkakuntia. Lisäksi valintaprosessiin vaikutti kuntien halukkuus osallistua hankkeeseen. (Hietamäki ym. 2017, 15.)

Vanhempien yhteystiedot saatiin Väestörekisterikeskuksesta marraskuussa 2015 ja tammikuussa 2016. Kysely toteutettiin aluksi sähköisesti verkkolomakkeella, mutta toisella muistutuskierroksella vastaajille lähetettiin kyselyn paperiversio. Sekä tutkimuskutsut että verkkolomakkeet käännettiin ruotsin, englannin, somalin ja venäjän kielille. Tutkimuskutsun sai yhteensä 14 789 vanhempaa, joiden lapsi oli syntynyt tutkimuskunnissa lokakuun 2014 ja syyskuun 2015 välisenä aikana. Tutkimuskutsun saivat kaikki biologiset vanhemmat riippumatta siitä, olivatko he virallisesti lapsen huoltajia. Pienemmissä kunnissa tutkimuskutsu lähetettiin kaikille niille vanhemmille, joiden lapsi oli syntynyt määriteltynä aikavälinä. Sen sijaan Helsingissä, Jyväskylässä, Oulussa ja Tampereella tutkimukseen kutsuttiin tietyillä postinumeroalueilla asuvien lasten vanhemmat. Nämä alueet oli valittu harkinnanvaraisesti siten, että ne erosivat toisistaan väestön koulutustason, työllisyyden, huoltosuhteen, sijainnin ja varhaiskasvatuspalvelujen osalta. Mukaan valittiin myös alueita, joilla tiedettiin asuvan maahanmuuttajaväestöä. Suurissa kunnissa kutsuttavien määrä laskettiin siten, että noin 20 prosentin vastausaktiivisuudella saavutettaisiin tilastollisiin analyyseihin riittävä vastaajamäärä. (Hietamäki ym. 2017.) Palaan otokseen ja sen edustavuuteen liittyviin kysymyksiin tutkielmani päätännässä.

Useimmissa tapauksissa kyselyn sai lapsen kaksi vanhempaa. Kaksosten tai kolmosten vanhemmat saivat erillisen kyselyn. Heidän vastauksensa eivät ole mukana tässä tutkimuksessa, joten kyselyn saaneiden vanhempien kokonaismäärä oli kaksosten ja kolmosten vanhempien vastaukset pois lukien 14 612. Lapsia oli yhteensä 7649, ja heidän ikänsä vaihtelivat tutkimusajankohtana noin kahdeksasta kuukaudesta vajaaseen kahteen vuoteen. (Hietamäki ym. 2017.) Tutkimuskutsun saaneista 14 612 vanhemmasta 18,5 prosenttia vastasi kyselyyn. Isien vastausprosentti oli 12, ja vastanneista kolmannes (852 vastaajaa) oli isiä. Kysely toteutetaan seurantatutkimuksena siten, että vastanneet vanhemmat saavat vuonna 2018 uuden tutkimuskutsun. Pitkittäistutkimuksen avulla pyritään saamaan uudenlaista tietoa lasten varhaisien vuosien hoidosta. (Childcare-pitkittäistutkimus. Tieteellisen tutkimuksen rekisteriseloste 2016; Repo & Hietamäki 2016.) Tässä tutkimuksessa käyttämäni aineisto on kuitenkin poikkileikkausaineisto, mikä on syytä huomioida tulosten tulkinnassa ja päätelmien tekemisessä.

Seuraavalla sivulla kuviossa 1 on esitetty aineiston rajaamisprosessi, jonka suoritin ennen aineiston varsinaisia käsittely- ja analyysivaiheita. Kyselyyn vastanneista 2696 vanhemmasta käyttämäni aineiston kooksi jäi rajauksien jälkeen 560 vastaajaa. Tutkimukseni kohteena ovat ne isät, jotka ilmoittivat tekevänsä vastaushetkellä ansiotyötä palkansaajina ja toimivansa työntekijöinä tai toimihenkilöinä. Rajasin aineistoni lisäksi lapsen äidin ja yksivuotiaan lapsensa kanssa asuviin isiin, jotka olivat vastanneet johdonmukaisesti analyysin kannalta olennaisiin osiin kyselyssä. Lopuksi rajasin aineistoni vielä niihin isiin, jotka olivat vastanneet riittävän moneen selitettävän muuttujan kohtaan. Näiden isien keski-ikä oli noin 35 vuotta, ja valtaosalla oli perheessään yksi lapsi

(55 % vastaajista). Lähes puolet (46 %) heistä toimi ylempinä toimihenkilöinä, ja valtaosa (76 %) teki tyypillistä työaika eli säännöllistä päivätyötä. Heistä kolme neljännessä (74 %) oli avioliitossa ja neljännes (26 %) avoliitossa. Jopa kuudella kymmenestä (59 %) puoliso hoiti lasta kotona päätoimisesti ja vain viidenneksellä (21 %) puoliso oli kokopäivätyössä (ks. myös taulukko 1, sivu 46).



Kuvio 1. Aineiston rajaaminen

<sup>2</sup>Pois lukien kaksosten ja kolmosten vanhemmat, jotka eivät ole mukana tässä tutkimuksessa.

<sup>3</sup>Osa-aika- tai kokopäivätyöllä ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhteyttä psyykkiseen kuormittuneisuuteen, enkä siksi tarkastele sitä analyysissa. Lisäksi lähes kaikki tutkitut isät työskentelivät kokopäiväisesti: 95 prosenttia heistä oli kokopäivätyössä ja 6 prosenttia osa-aikatyössä.

Viimeiseksi on syytä todeta, että **tutkimuseettiset näkökohdat** huomioitiin huolellisesti kyselyn toteutuksessa, ja ne ovat tärkeitä myös tässä tutkimuksessa. Kyselyn saatekirjeessä osallistujia informoitiin tutkimuksen tavoitteista, tarkoituksesta ja sisällöistä. Lisäksi saatekirjeessä kerrottiin, miten osallistujat on valittu tutkimukseen, miten heidän antamiaan tietoja käsitellään ja miten tutkimuksen tuloksista tiedotetaan. Saatekirjeessä painotettiin osallistumisen vapaaehtoisuutta, jotta tutkimuskutsun saaneet olivat tietoisia mahdollisuudesta kieltäytyä tutkimuksesta tai keskeyttää osallistumisensa missä vaiheessa tahansa. Osallistujille kerrottiin, että vastausten käsittely tapahtuu nimettömästi ja luottamuksellisesti ja että aineisto analysoidaan tilastollisin menetelmin, eivätkä yksittäisten henkilöiden vastaukset ilmene tuloksista. Aineiston jatkokäytön osalta ilmoitettiin, että tilastollinen tutkimusaineisto arkistoidaan ilman tunnistetietoja myöhempään tutkimus- ja opetuskäyttöön Yhteiskuntatieteelliseen tietoarkistoon.

CHILDCARE-tutkimuksesta on täytetty henkilötietolain edellyttämä rekisteriseloste, jossa rekisterin tietosisältö ja tietojen käyttö on eritelty tarkemmin (Childcare-pitkittäistutkimus. Tieteellisen tutkimuksen rekisteriseloste 2016). Olen itse allekirjoittanut tutkimustani varten tutkimuskonsortion vaitiolosopimuksen sekä aineistonluovutus- ja käyttölupasopimuksen, joissa olen sitoutunut käsittelemään vastauksia luottamuksellisesti ja hyväksynyt muut aineiston käyttöön ja säilyttämiseen liittyvät ehdot.

## 7.2 Mittarit

Tutkielmani päämuuttujat mittaavat psyykkistä kuormittuneisuutta sekä työn ja perheen ristiriidan kahta tyyppiä: työstä perheeseen suuntautuvaa ristiriitaa ja perheestä työhön suuntautuvaa ristiriitaa. Psyykkinen kuormittuneisuus on selitettävä muuttuja, ja työn ja perheen ristiriidan kaksi tyyppiä selittäviä muuttujia. Kaikki kolme ovat summamuuttujia, jotka olen muodostanut yhdistämällä samaa ominaisuutta mittaavia muuttujia keskenään. Summamuuttujan avulla pyritään tiivistämään tietoa ja saamaan tutkittavista ominaisuuksista mittarin yksittäisiä osioita kattavampi ja mielekkäämpi kuva. (Metsämuuronen 2003, 435; Nummenmaa 2009, 161–162.) Huomioin myös aiheeni kannalta olennaiset taustamuuttujat, joita ovat vastaajan ikä, sosioekonominen asema, ansiotyötunnit viikossa, työaika, puolison kokopäivätyö sekä perheessä asuvien lasten lukumäärä. Perusteluina näiden taustamuuttujien valinnalle ovat tutkielmani teoriaosassa käsittelemäni aiemmat tutkimustulokset, joihin viitataan uudelleen tämän alaluvun viimeisessä osassa. Tutkin lisäksi puolisolta saadun tuen interaktiovaikutusta. Seuraavaksi kuvaan tarkemmin tutkimukseni mittareita.

### *Psyykkinen kuormittuneisuus*

CHILDCARE-varhaiskasvatuskyselyssä psyykkistä kuormittuneisuutta mitattiin standardoidulla MHI-5-

mielenterveysindeksillä (Mental Health Inventory). Kyseinen indeksi sisältyy kansainvälisesti tunnettuun ja laajasti käytettyyn SF-36-terveyskyselyyn (myös nimellä RAND-36)<sup>4</sup>. MHI-5-mielenterveysindeksin reliabiliteetti ja validiteetti on havaittu korkeiksi. Yksinkertaisuutensa ja hyvän erottelukykynsä ansiosta sitä on pidetty moniin yhteyksiin sopivana ja pidempiä mittareita käyttökelpoisempana mielenterveyden arviointityökaluna. (Berwick ym. 1991; Hoeymans, Garssen, Westert & Verhaak 2004; Stewart, Hays & Ware 1988; Veit & Ware 1983.) Mittarin taustalla on näkemys mielenterveydestä kaksikulotteisena konstruktiona, johon kuuluvat psyykkinen oireilu tai kuormittuneisuus sekä psyykkinen hyvinvointi. Mittari pyrkii tavoittamaan nämä molemmat ulottuvuudet. (Veit & Ware 1983.) Suomalaisessa tutkimuksessa mittaria on hyödynnetty yleisen mielenterveyden sekä psyykkisen hyvinvoinnin, kuormittuneisuuden ja toimintakyvyn arvioimisessa (Castaneda ym. 2015; Kaikkonen ym. 2015). Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen Aikuisten terveys-, hyvinvointi- ja palvelututkimuksessa sitä käytetään kuvaamaan mielenterveyshäiriöiden alueellista yleisyyttä (Kaikkonen ym. 2015). CHILDCARE-kyselytutkimuksessa käytetyn suomenkielisen version MHI-5-mittarista ovat kääntäneet Aalto tutkimusryhmineen (1995) (ks. Aalto ym. 1999).

MHI-5-mittarin viisi väittämää mittaavat yleistä mielialaa, masentuneisuutta, ahdistuneisuutta sekä psyykkistä hyvinvointia viimeisen kuukauden ajalta (Stewart ym. 1988). Mittarissa vastaaja arvioi kuusiportaisella asteikolla, kuinka suuren osan ajasta hän on neljän viime viikon aikana 1) *ollut hyvin hermostunut*, 2) *tuntenut mielialansa niin matalaksi, ettei mikään ole voinut piristää häntä*, 3) *tuntenut itsensä tyyneksi ja rauhalliseksi*, 4) *tuntenut itsensä alakuloiseksi ja apeaksi* ja 5) *ollut onnellinen*. CHILDCARE-kyselyssä käytetyssä versiossa pienemmät arvot kuvaavat vähäisempää kuormittuneisuutta ja suuremmat merkittävämpää (1=en lainkaan ja 6=koko ajan). Ennen summamuuttujan muodostamista käänsin mittarin kolmannen ja viidennen kysymyksen samansuuntaisiksi muiden kysymysten kanssa.

Seuraavaksi muodostin summamuuttujan laskemalla muuttujien havaintoarvot yhteen, jolloin uuden muuttujan asteikoksi tuli 5–30. Arvon viisi saaneiden vastaajien mieliala oli viimeisen kuukauden ajan ollut koko ajan tyyni, rauhallinen ja onnellinen, kun taas arvon 30 saaneet vastaajat olivat olleet jatkuvasti hermostuneita ja masentuneita (Ware & Sherbourne 1992, 475). Toisin kuin tässä tutkimuksessa, MHI-5-mittarissa käytetään yleensä vastakkaissuuntaista asteikkoa, jossa pienemmät arvot kuvaavat suurempaa psyykkistä kuormittuneisuutta. Ohjeen mukaan summapistemäärä skaalataan asteikolle 0–100 (Ware ym. 1993), ja valitun katkaisurajan (esim. 52 tai 60) alle jäävien pisteiden tulkitaan kuvaavan merkittävää psyykkistä kuormittuneisuutta (Castaneda ym. 2015; Strand, Dalgard, Tambs & Rognerud 2003). Tutkimustavoitteeni

---

<sup>4</sup>RAND-36-kyselystä ja siihen sisältyvästä MHI-5-mittarista tarkemmin: Ware, Snow, Kosinski & Gandek (1993) sekä Hays, Ron; Sherbourne, Cathy & Mazel, Rebecca (1993) The rand 36-item health survey 1.0. Health Economics 2(3), 217–227.

kannalta ei kuitenkaan ole keskeistä erottaa merkittävästi kuormittuneita isiä ei-merkittävästi kuormittuneista vaan tarkastella psyykkistä kuormittuneisuutta pikemminkin jatkumona.

Summamuuttujaa muodostettaessa voidaan määrittää, moneenko kohtaan vastaajan on tullut vähintään vastata, jotta hänen vastauksensa tulee otetuksi mukaan summamuuttujaan. Mikäli sallittujen puuttuvien määrää ei aseteta, kaikki vähintään yhteen kohtaan vastaamatta jättäneet jäävät pois muodostetusta muuttujasta. Selitettävän muuttujan osalta puuttuvia tietoja oli tässä tutkimuksessa erittäin vähän (0.5 %–1.1 %, minimiarvo 3 ja maksimiarvo 6). En nähnyt perusteltuna jättää aineistosta pois niitä isiä, jotka olivat vastanneet yli puoleen summamuuttujan väittämistä, joten sallin summamuuttujaa muodostaessani kaksi puuttuvaa vastausta. Otin mukaan siis vähintään kolmeen viidestä kohdasta vastanneet isät ja rajasin aineistoni näihin vastaajiin, kuten aiemmin esitin (ks. kuvio 1, sivu 32). Ennen summamuuttujan luomista arvioin mittarin reliabiliteettia eli luotettavuutta Cronbachin alfan avulla. Kaikkien viiden muuttujan Cronbachin alfaksi tuli 0.83. Arvo on riittävän korkea ja kertoo muuttujien mittaavan samaa asiaa. (Metsämuuronen 2003, 439–443.) Yhdenkään muuttujan poistaminen ei olisi nostanut alfan arvoa.

### *Ristiriita työstä perheeseen eli työ–perhe-ristiriita*

Työstä perheeseen suuntautuvaa ristiriitaa mitattiin CHILDCARE-kyselyssä neljällä väittämällä, jotka sisältyvät Carlsonin, Kacmarin ja Williamsin (2000) Yhdysvalloissa kehittämään työn ja perheen ristiriidan mittariin. Kyseinen mittari perustuu Greenhausin ja Beutellin (1985) työn ja perheen ristiriidan määritelmään, jossa erotellaan toisistaan aikaan, kuormitukseen ja käyttäytymiseen perustuva ristiriita (ks. myös sivut 18–19). Validoitua mittaria on käytetty lukuisissa tutkimuksissa (esim. Allen & Armstrong 2006; Fu & Shaffer 2001; Spector ym. 2007; van Steenbergen, Ellemers & Mooijaart 2007), ja kyseessä voidaan katsoa olevan suhteellisen vakiintunut työn ja perheen ristiriidan mittari. Alkuperäinen mittari koostuu 18 väittämästä, joista puolet kuvaa ristiriitaa työstä perheeseen ja puolet ristiriitaa perheestä työhön. Mittarin avulla voidaan tavoittaa työn ja perheen ristiriidan kuusi ulottuvuutta: aikaan perustuva ristiriita työstä perheeseen, kuormitukseen perustuva ristiriita työstä perheeseen, käyttäytymiseen perustuva ristiriita työstä perheeseen ja lisäksi näihin samoihin kolmeen tekijään perustuvat ristiriidan tyypit perheestä työhön. Mittaria on kuitenkin mahdollista käyttää myös osiin pilkottuna, kuten tässä tutkimuksessa teen. (Carlson ym. 2000.)

Carlsonin ja kumppaneiden (2000) työn ja perheen ristiriidan mittarissa yhdeksän väittämää kuvaavat työstä perheeseen suuntautuvaa ristiriitaa. CHILDCARE-kyselyyn valittiin näistä kaksi aikaperustaista ristiriitaa koskevaa väittämää ja kaksi kuormitusperustaista ristiriitaa koskevaa väittämää. Väittämät ovat seuraavat: 1) *Työni estää minua osallistumasta perheeni yhteisiin toimiin niin paljon kuin haluaisin*, 2) *Työni edellyttämät ajalliset*



*uhraukset estävät minua osallistumasta tasapuolisesti kodin velvollisuuksien ja tehtävien hoitoon, 3) Työpäivän jälkeen olen usein lopen uupunut enkä siksi jaksa osallistua perheeni yhteisiin toimiin/velvollisuuksiin sekä 4) Työpaineitten vuoksi olen joskus kotiin tullessani liian stressaantunut tehdäkseni asioita, joista nautin.* Vastausasteikko on seitsenportainen, ja suuremmat arvot kuvaavat suurempaa ristiriitaa (1=täysin eri mieltä ja 7=täysin samaa mieltä). Loin työstä perheeseen suuntautuvaa ristiriitaa kuvaavan summamuuttujan laskemalla muuttujien keskiarvon, sillä halusin säilyttää muuttujan alkuperäisen asteikon helpottaakseni tulosten tulkintaa. Puuttuvia vastauksia oli viidessä yksittäisessä muuttujassa erittäin vähän (0.2–0.5 %). Hyväksyin summamuuttujaa muodostaessani yhden puuttuvan, eli mukana ovat vähintään kolmeen neljästä kohdasta vastanneet henkilöt. Muuttujien Cronbachin alfa oli 0.77, eikä yhdenkään poistaminen olisi nostanut alfan arvoa. Käytän tästä summamuuttujasta nimitystä **työ–perhe-ristiriita**.

### *Ristiriita perheestä työhön eli perhe–työ-ristiriita*

Myös perheestä työhön suuntautuvaa ristiriitaa kartoittavat neljä väittämää sisältyvät edellä esittelemääni työn ja perheen ristiriidan mittariin (Carlson ym. 2000). Kuten edelläkin, niistä kaksi kuvaa aikaan ja kaksi kuormitukseen perustuvaa ristiriitaa. Väittämät ovat seuraavat: 1) *Perhevelvollisuuksiin käyttämäni aika häiritsee usein työvelvollisuuksiani,* 2) *Perheasioista johtuvan stressin vuoksi olen usein syventynyt perheasioihini töissä,* 3) *Koska olen usein stressaantunut perhevelvollisuuksieni vuoksi, minun on vaikea keskittyä työhöni sekä* 4) *Perheen kanssa vietetty aika estää usein minua käyttämästä aikaani sellaisiin toimiin töissä, jotka voisivat edistää uraani.* Seitsenportaisella vastausasteikolla suuremmat arvot kuvaavat suurempaa ristiriitaa (1=täysin eri mieltä ja 7=täysin samaa mieltä). Kuten edellä, muodostin summamuuttujan laskemalla muuttujien keskiarvon ja sallin yhden puuttuvan, eli mukana ovat vähintään kolmeen neljästä kohdasta vastanneet henkilöt. Myös tässä summamuuttujassa puuttuvien vastausten osuus jäi hyvin vähäiseksi (0.4–0.9 %). Muuttujien Cronbachin alfa oli 0.75. Viimeisen muuttujan poistaminen olisi nostanut alfan arvoon 0.76. Koska ero ei kuitenkaan ole suuri ja sisällöllisesti muuttujat näyttävät mittaavan samaa asiaa, päätin säilyttää kaikki muuttujat. Tutkielmani analyysiosassa kutsun tätä summamuuttujaa nimellä **perhe–työ-ristiriita**.

### *Taustamuuttujat ja moderaattori*

Tutkimuksen taustamuuttujina ovat ikä (vuosina), sosioekonominen asema, ansiotyötunnit viikossa, työaika, perheessä asuvien lasten lukumäärä sekä puolison kokopäivätyö. Olen valinnut nämä taustamuuttujat siksi, että aiemmissa tutkimuksissa sosioekonomisen aseman (Kaikkonen ym. 2012; Palosuo ym. 2007), ansiotyötuntien määrän viikossa ja työajan tyypillisyyden tai epätyypillisyyden (Costa ym. 2004; Miettinen & Rotkirch 2012, 29–30) sekä puolison työssäkäynnin ja työtuntien (esim. Barnett 2006, 129; Stolzenberg 2001) on havaittu olevan yhteydessä psyykkiseen hyvinvointiin. Näiden lisäksi huomioin lasten lukumäärän siksi, että sen on todettu

lisäävän isien kokemaa kiirettä (Miettinen & Rotkirch 2012, 29–30), heikentävän tyytyväisyyttä lapsen ja puolison kanssa vietetyn ajan määrään (Paajanen 2006, 49, 70) sekä lisäävän vanhemmuuden vaatimuksia (esim. Michel ym. 2010; Rantanen & Kinnunen 2005).

Mainituista tekijöistä lasten lukumäärän, työajan ja viikkotyötuntien määrän on nähty olevan yhteydessä myös työn ja perheen ristiriitoihin (Rantanen & Kinnunen 2005, 247; Sutela & Lehto 2014, 53–54, 57). Huomioin iän demografisena muuttujana tutkimuksessa. Olen kertonut tutkielmani taustamuuttujista tarkemmin luvuissa 3.2 ja 4. Päämuuttujien ja taustamuuttujien lisäksi analyysissani on mukana moderaattorimuuttuja eli puolison tuki, jonka vaikutuksesta työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen olen kiinnostunut. Puuttuvia vastauksia oli taustamuuttujien ja moderaattorin osalta hyvin vähän. Perheessä asuvien lasten lukumäärää koskevassa kohdassa niitä oli 20 (3.6 %), ja muiden kohdalla puuttuvien vastausten lukumäärä jäi alle kymmeneen. SPSS-tilasto-ohjelma poistaa analyysistä automaattisesti ne vastaajat, joilta puuttuu vastaus yhdessäkin näistä muuttujista. Erittelen taustamuuttujien ja moderaattorin käyttöä analyysissä tarkemmin alla.

- **Ikä** on laskettu vastaajan syntymävuodesta, ja käytän sitä analyysissä jatkuvana muuttujana.
- **Sosioekonomista asemaa** kuvaa vastaajan ilmoittama henkilöstöryhmä, jonka tiivistin analyysia varten kolmeen luokkaan Tilastokeskuksen sosioekonomisen aseman luokituksen mukaisesti. Nämä luokat ovat 1=työntekijä, 2=alempi toimihenkilö ja 3=ylempi toimihenkilö. Alkuperäisen asteikon neljäntenä vastausvaihtoehtona oli johtaja, jonka yhdistin samaan luokkaan ylempien toimihenkilöiden kanssa. Menettelin näin siksi, että johtajat luetaan Tilastokeskuksen jaottelussa ylempiin toimihenkilöihin. (Tilastokeskus 2010.) Käytän sosioekonomista asemaa kuvaavaa muuttujaa analyysissä jatkuvana.
- **Ansiotyötunteja** on kysytty kysymyksellä ”Kuinka monta tuntia keskimäärin työskentelet viikossa mukaan lukien ansiotyöt, ylityöt ja kotona tekemäsi ansiotyöhön liittyvät työt?” Kyseessä on jatkuva muuttuja.
- **Työaikaa** on kysytty kysymyksellä ”Millainen on työsi?” Vastausvaihtoehdot ovat 1=säännöllinen päivätyö, 2=vuorotyö, 3=säännöllinen ilta-, yö-, aamu- tai viikonlopputyö sekä 4=muu työaikamuoto. Käytän muuttujaa analyysissä kaksiluokkaisena: 0=tyypillinen työaika, joka tarkoittaa säännöllistä päivätyötä ja 1=epätyypillinen työaika, joka sisältää alkuperäiset luokat kahdesta neljään.
- **Perheessä asuvien lasten lukumäärää** on kysytty kysymyksellä ”Vastaajan perheessä asuvat lapset yhteensä (sisältää yhteiset, minun ja puolison lapset, ei sisällä sijoitettuja tai muita lapsia)”. Olen sisällyttänyt muuttujan analyysiin jatkuvana.
- **Puolison kokopäiväistä työssäkäyntiä** on selvitetty puolison elämäntilannetta koskevassa osassa, jossa vastaaja on voinut valita tai jättää valitsematta vaihtoehdon ”työskentelee kokopäiväisesti”. En ole tehnyt muutoksia dikotomiseen muuttujaan, jonka luokat ovat 0=puoliso ei ole kokopäivätyössä ja 1=puoliso on kokopäivätyössä.

- **Puolison tukea** käytän analyysissa moderaattorina. Kyselyssä lähipiiriltä saatua tukea on mitattu kysymyksellä ”Minkä verran ja keneltä olet lähipiirissäsi saanut konkreettista apua tai henkistä tukea vanhemmuuteen?” Tahoja on eritelty yhteensä kahdeksan, mutta keskityn tutkimuksessani vain puolisolta saatuun tukeen. Vastaja on voinut arvioida saamaansa tukea seuraavalla asteikolla: 1=en ole/ei koske minua<sup>5</sup>, 2=ei lainkaan, 3=jonkin verran ja 4=riittävästi. Annoin luokalle neljä arvon 1=on saanut puolisolta riittävästi tukea ja koodasin loput luokkaan 0=ei ole saanut puolisolta riittävästi tukea.

### 7.3 Menetelmät

#### *Kvantitatiivinen tutkimus ja hypoteesien testaaminen*

Tutkimusongelma ohjaa tutkimusotteen ja analyysimenetelmien valintaa, ja siksi erilaisiin kysymyksiin etsitään vastauksia erilaisin työkaluin (Jokivuori & Hietala 2007, 23). Tyypillisesti ihmistieteellinen tutkimus jaotellaan karkeasti kvantitatiiviseen ja kvalitatiiviseen perinteeseen, jotka eroavat toisistaan muun muassa tutkimusasetelmiltaan, analyysimenetelmiltään, käsitteiltään sekä päättelyn ja tulkinnan tavoiltaan. Kvantitatiivisen tutkimuksen etuina on, että se antaa mahdollisuuden tarkastella ja vertailla suurta joukkoa tutkittavia sekä analysoida asioiden välisiä yhteyksiä. Otoksen edustavuudesta riippuen kvantitatiivisen tutkimuksen avulla voidaan myös yleistää tuloksia laajempaan populaatioon. (Goertz & Mahoney 2012.) Kaikki nämä ominaisuudet ovat tämän tutkimusasetelman kannalta erittäin tärkeitä.

Kvantitatiivinen tutkimus nojaa positivistiseen tieteenfilosofiaan, jossa todellisuuden oletetaan olevan riippumaton ihmisten sitä koskevista havainnoista. Tässä tieteenfilosofiassa ajatellaan, että tuosta ulkoisesta todellisuudesta voidaan saada tietoa havainnoimalla ja tutkimalla sitä empiirisin menetelmin. (esim. Ayiro 2012, 65–67.) Analysoitava aineisto on kvantitatiivisessa tutkimuksessa yleisimmin numeerisessa muodossa. Yhteiskunta- ja ihmistieteissä kiinnostus ei kuitenkaan kohdistu numeroihin ja menetelmiin itsessään. Kiinnostuksenkohteena on sen sijaan se sosiaalinen todellisuus ja ne ilmiöiden väliset yhteydet, joihin tutkimuksen avulla päästään käsiksi. (Jokivuori & Hietala 2007, 11–13.) Tiedonkeruuvälineenä käytetään usein kyselylomaketta, jonka etuina ovat erityisesti nopeus ja kustannustehokkuus. Kyselylomakkeen avulla aineistoa voidaan kerätä kerralla suurelta maantieteelliseltä alueelta ja suurelta määrältä tutkittavia. Lisäksi kysymyksiä voidaan esittää enemmän kuin esimerkiksi haastattelussa, eikä tutkijan läsnäolo pääse vaikuttamaan vastauksiin. (Valli 2001, 30–31.)

---

<sup>5</sup>Vaikka rajasin aineiston puolisonsa kanssa asuviin isiin, 10 vastaajaa oli valinnut vaihtoehdon 1=en ole/ei koske minua. Vaihtoehdon muotoilu on monitulkintainen, joten sen saattoivat valita myös ne, jotka eivät kokeneet saaneensa puolisoltaan tukea. Päätin pitää vastausvaihtoehdon mukana ja yhdistää sen luokkien kaksi ja kolme kanssa luokkaan 0=ei ole saanut puolisolta riittävästi tukea.

Aiempiin tutkimuksiin tai teorioihin perustuvien hypoteesien asettaminen on keskeinen osa kvantitatiivista tutkimusta. Hypoteesit ovat tutkittavia yhteyksiä koskevia väitelauseita, joiden paikkansapitävyyttä selvitetään ja jotka antavat teorialle testattavan muodon. (Metsämuuronen 2003, 26–27.) Hypoteesien testaamisen tavoitteena on selvittää, voidaanko aineistossa havaitut tulokset yleistää myös populaatioon vai johtuvatko ne pelkästä sattumasta (Nummenmaa 2009, 147). Nollahypoteesilla ( $H_0$ ) tarkoitetaan väitettä, jonka mukaan kahden asian välillä ei ole yhteyttä tai eroa. Vastahypoteesi ( $H_1$ ) taas on tutkimuksen väite, jolle haetaan tukea aineistosta. Testaamisen kohteena on nollahypoteesi, joka voi joko kumoutua tai jäädä voimaan. Jos nollahypoteesi hylätään, on vastahypoteesi oikea. Tämä vastahypoteesi voi olla yksi- tai kaksisuuntainen. Kaksisuuntainen hypoteesi väittää, että asioiden välillä on yhteys tai ero, kun taas yksisuuntainen kertoo, mihin suuntaan tämä yhteys tai ero tapahtuu. (Metsämuuronen 2003, 364–366.)

Kaikki tämän tutkimuksen vastahypoteesit ovat yksisuuntaisia. Tämä näkyy siten, että odotan työn ja perheen ristiriidan *lisäävän* isien psyykkistä kuormittuneisuutta ja riittävän sosiaalisen tuen taas *heikentävän* näiden kahden välistä yhteyttä. Oletus kausaalisuudesta on tässä tutkimuksessa kuitenkin pikemminkin teoreettinen, sillä poikkileikkausaineiston perusteella on vaikeaa tehdä varmoja päätelmiä syy-seuraussuhteista. Tämä johtuu siitä, että aineisto on kerätty vastaajilta yhtenä ajankohtana eikä tuloksissa siten saada näkyviin ajallista kehitystä tai muutosta. (Rindfleisch, Malter, Ganesan & Moorman 2008.) Tutkimus on korrelatiivista silloin, kun tutkija havainnoi muuttujien välisiä yhteyksiä eikä säätele tarkasti kiinnostuksenkohteena olevaan ilmiöön vaikuttavia tekijöitä, kuten kokeellisessa asetelmassa tehdään (Nummenmaa 2009, 33–34). Koska yhteiskunta- ja ihmistieteiden tutkimuskohteena ovat hyvin moniulotteiset ilmiöt, niitä tarkasteltaessa on otettava huomioon monia erilaisia selityksiä, seurauksia ja satunnaistekijöitä. Tällöin on vaikeaa todistaa, että jokin asia aiheuttaa tietyn ilmiön. Siksi onkin yleisempää puhua yhteyksistä kuin puhtaista syy-seuraussuhteista. Tässä tutkimuksessa teen kuitenkin oletuksen vaikutuksen suunnasta aiemman teorian ja tutkimuksen perusteella, kuten usein on tapana. (Emt., 34, 295; Jokivuori & Hietala 2007, 42–43.) Tämä tarkoittaa sitä, että tutkin työn ja perheen ristiriitaa isien psyykkistä kuormittuneisuutta selittävänä tekijänä enkä päinvastoin.

Hypoteesien paikkansapitävyyttä arvioidaan niin kutsuttujen havaittujen merkitsevyystasojen eli p-arvojen avulla. P-arvot kertovat, kuinka suurella todennäköisyydellä vastahypoteesi on väärä. (Nummenmaa 2009, 148–149.) Usein käytetyt kolme merkitsevyystasoa ovat tilastollisesti melkein merkitsevä ( $p < .05$ ), tilastollisesti merkitsevä ( $p < .01$ ) ja tilastollisesti erittäin merkitsevä ( $p < .001$ ) (Valli 2001, 71). Jos p-arvo on lähellä yhtä, nollahypoteesi jää voimaan. Lähellä nollaa oleva p-arvo taas ilmaisee, että vastahypoteesi on erittäin todennäköisesti oikea. Yleensä vastahypoteesi hyväksytään, kun p-arvo alittaa arvon 0.05. Hypoteesien testaamisessa on tärkeää tunnistaa ja erottaa toisistaan tyyppin 1 ja tyyppin 2 virheet. Merkitsevyystasolla  $p = .05$

on viiden prosentin mahdollisuus, että vastahypoteesi hyväksytään, vaikka se ei todellisuudessa pidä paikkaansa. Tällöin sanotaan, että tyypin 1 virheen riski on 5 prosenttia. Tyypin 2 virhe taas tehdään silloin, kun vastahypoteesi hylätään virheellisesti ja nollahypoteesi jää väärin perustein voimaan. Molempia virhetyyppejä voidaan pyrkiä välttämään tutkimuksen huolellisella suunnittelulla ja hyvän ja riittävän aineiston keräämisellä. Tyypin 1 virheen todennäköisyys pienenee, kun p-arvon kriittiseksi rajaksi valitaan 0.01 tai 0.001. (Nummenmaa 2009, 148–151.)

### *Lineaarinen regressioanalyysi*

Tutkimuksessani analyysimenetelmänä on lineaarinen regressioanalyysi, joka on yksi yleisimmin ihmis- ja käyttäytymistieteissä käytetyistä monimuuttujamenetelmistä. Monimuuttujamenetelmiä käytettäessä muuttujien määrä on usein suuri ja analyysin tavoitteeksi asetetaan yleensä selittäminen, mikä erottaa ne puhtaasti kuvailevasta eli deskriptiivisestä tai kahden muuttujan välistä yhteyttä tarkastelevasta analyysistä. (Jokivuori & Hietala 2007, 14, 40.) Regressiomenetelmiä käytetään silloin, kun pyrkimyksenä on tarkastella muuttujien välisiä yhteyksiä ja selittää riippuvan muuttujan, niin kutsutun selitettävän, vaihtelua riippumattomien muuttujien eli selittäjien avulla. Menetelmän etuna on, että sen avulla on mahdollista tutkia samanaikaisesti useiden selittävien muuttujien yhteyksiä selitettävään muuttujaan. Pyrkimyksenä on muodostaa malli, joka kuvaa näiden muuttujien välisiä suhteita. (Emt., 39–43; Nummenmaa 2009, 309, 329.)

Yleensä katsotaan, että muodostetun mallin tulisi olla johdettavissa aiemmasta tutkimuksesta tai teoriasta. Lisäksi sen tulee sopia käytettävään aineistoon, selittää riippuvan muuttujan vaihtelua mahdollisimman hyvin ja olla rakenteeltaan mahdollisimman yksinkertainen. (Nummenmaa 2009, 317.) Käytän tutkimuksessani regressioanalyysin konfirmatorista käyttötapaa, jossa selittävät muuttujat valitaan aiemman tutkimuksen perusteella ja mukaan otetaan vain teoreettisesti oleelliset tekijät. Sen sijaan eksploraatiivisessa eli tutkivassa käytettävässä malliin sisällytetään mahdollisimman monia selittäjiä, joiden joukosta pyritään löytämään selitysvoimaisimmat tekijät. (Jokivuori & Hietala 2007, 43; Metsämuuronen 2003, 578.) Menetelmänvalintaani perustelee ensinnäkin tutkimusongelmani luonne eli psyykkisen kuormittuneisuuden selittäminen. Lisäksi sitä perustelevat selittävien muuttujien suuri määrä ja tarkasteltavien muuttujien ominaisuuksien sopivuus kyseisen menetelmän ehtoihin (Jokivuori & Hietala 2007, 43). Käsittelen näitä ehtoja seuraavaksi.

Lineaarisen regressioanalyysin tutkimuskohteena on muuttujien välinen lineaarinen yhteys (Nummenmaa 2009, 309). Yhteyden lineaarisuudella eli suoraviivaisuudella tarkoitetaan sitä, että selittävän tekijän arvojen muuttuessa myös selitettävän tekijän arvot muuttuvat samassa suhteessa (Jokivuori & Hietala 2007, 40). Regressiosuora kuvaa kahden muuttujan välistä yhteyttä, ja sen kaava on muotoa  $Y = b_0 + b_1X + \epsilon$ . Selitettävän

muuttujan arvo ( $y$ ) selvitetään kertomalla vastaava selittävän muuttujan arvo ( $x$ ) suoran kulmakertoimella  $b_1$  ja lisäämällä tulokseen vakiotermi  $b_0$  sekä virhetermi  $\epsilon$ . Kulmakerroin kuvaa suoran kaltevuutta, kun taas vakiotermi kertoo regressiosuoran ja  $y$ -akselin leikkauspisteen. (Dawson 2013; Nummenmaa 2009, 310–314.)

Pyrkimyksenä on määritellä suoran kulmakerroin ja vakiotermi siten, että niin kutsuttujen jäännöstermien summa jäisi mahdollisimman pieneksi. Jäännöstermi ja virhetermi eroavat toisistaan siten, että ensimmäinen on laskettavissa aineistosta, jälkimmäinen taas ei. Virhetermillä viitataan havainnon poikkeamaan todellisesta regressiosuorasta, joka ei ole tutkijan tiedossa. Jäännöstermi taas tarkoittaa muuttujan havaitun arvon ja mallin perusteella ennustetun arvon erotusta eli residuaalia. (Ketokivi 2009, 105.) Jäännöstermejä tarkastellaan jäännöstermikuvaajien avulla. Niistä arvioidaan, miten jäännöstermit sijoittuvat suhteessa niiden nollakohtaan  $y$ -muuttujan eri arvoilla. Jäännöstermien jakauman tarkastelu on tärkeä osa regressioanalyysia, ja hyvässä mallissa selittämättä jäävä osuus on satunnaisesti ja normaalisti jakautunut. Jos näin ei ole, voidaan mallia joutua muuttamaan esimerkiksi selittäviä muuttujia poistamalla. Tämä voi kuitenkin heikentää mallin selitysastetta ja kasvattaa jäännöstermien itseisarvoja. Siksi ongelmaan on vaikeaa löytää yksiselitteistä ratkaisua. (Nummenmaa 2009, 310, 320–324.)

Lineaarissa regressioanalyysissa selitettävän muuttujan on oltava jatkuva. Myös selittävät muuttujat ovat jatkuvia tai sellaisiksi ajateltavissa olevia muuttujia tai niin kutsuttuja kaksiluokkaisia dummy-muuttujia, jotka voivat saada arvon 0 tai 1. (Jokivuori & Hietala 2007, 40–43.) Toiseksi selitettävän muuttujan tulee olla normaalisti jakautunut (Metsämuuronen 2003, 503–504). Suurissa aineistoissa (yli 200 havaintoa) jakaumaa voidaan pitää normaalina silloin, kun sen vinous- ja huipukkuusarvot sijoittuvat arvojen 2.58 ja -2.58 välille (Ghasemi & Zahediasl 2012). Regressioanalyysi vaatii monien muiden monimuuttujamenetelmien tapaan myös riittävän suuren otoskoon. Muutaman selittävän muuttujan mallissa rajana on esitetty 100 havaintoyksikköä (Nummenmaa 2009, 316), mutta tiukempien arvioiden mukaan monimuuttujamenetelmiä tulisi käyttää varoen silloin, kun havaintoja on alle 200 (Metsämuuronen 2003, 504). Tässä tutkimuksessa käyttämäni aineiston koko on 560 havaintoyksikköä, mikä riittää täyttämään valitun menetelmän vaatimukset.

Regressioanalyysissa jokainen malliin tuleva muuttuja saa painokertoimen  $B$  (beeta). Niin kutsuttu standardoimaton kerroin ilmaisee, kuinka paljon selitettävä muuttuja  $y$  muuttuu, kun  $x$ -muuttujassa tapahtuu yhden yksikön lisäys ja kun mallin muut selittäjät samalla pysyvät vakiona. (Metsämuuronen 2003, 582–584; Nummenmaa 2009, 322.) Regressiokertoimet voivat olla positiivisia tai negatiivisia, ja ne kertovat yksittäisten selittävien muuttujien toimivuudesta ja selitysvuimasta mallissa. Mitä suuremman regressiokertoimen  $x$ -muuttuja saa, sitä enemmän kyseinen muuttuja ennustaa  $y$ -muuttujan vaihtelua. Lähellä nollaa oleva kerroin

ilmaisee, ettei kyseinen selittäjä ole kovinkaan merkityksellinen mallin kannalta. (Nummenmaa 2009, 321–322.) Eri mittayksiköin mitattujen selittävien muuttujien kertoimet eivät kuitenkaan ole sellaisinaan vertailukelpoisia, sillä standardoimattomat kertoimet ovat sidoksissa kunkin muuttujan asteikkoon (Jokivuori & Hietala 2007, 49). Vertailun mahdollistavat standardoidut kertoimet, jotka saadaan standardoimalla kaikki muuttujat selitettävä mukaan lukien ennen analyysia siten, että niiden keskiarvoksi tulee 0 ja keskihajonnaksi 1 (Metsämuuronen 2003, 582–584; Nummenmaa 2009, 322). SPSS-tilasto-ohjelma kuitenkin laskee sekä standardoimattomat että standardoidut regressiokertoimet automaattisesti, eikä muuttujien standardointia siksi tarvitse usein erikseen tehdä. Käyttämällä standardoituja regressiokertoimia eri muuttujien kertoimia voidaan vertailla keskenään, mutta ainoastaan saman mallin sisällä (Nummenmaa 2009, 322). Ennen analyysia olen standardoinut jatkuvat selittävät muuttujat edellä kuvatulla tavalla, ja teen tulkinnat standardoimattomien regressiokertoimien perusteella. Erittelen standardointia tarkemmin lähempänä menetelmäluvun loppua.

Regressioanalyysin perustana on pitkälti korrelaatioiden tarkastelu. Korrelaatiokertoimet kertovat muuttujien välisen yhteyden voimakkuudesta, ja niiden suuruus vaihtelee arvojen -1 ja 1 välillä. Positiivinen kerroin tarkoittaa muuttujien arvojen kasvavan tai pienenevän samansuuntaisesti niin, että yhden arvojen kasvaessa myös toisen arvot kasvavat. Negatiivinen kerroin taas viittaa siihen, että yhden muuttujan arvojen kasvaessa toisen arvot pienenevät. Edellä kuvattuja p-arvoja käytetään selvittämään, poikkeako korrelaatio tilastollisesti merkitsevästi nolasta eli kuinka todennäköistä on, että otoksessa havaittu korrelaatio johtuu pelkästä sattumasta. (Nummenmaa 2009, 289–290, 299.) Regressioanalyysissa selittävän ja selitettävän muuttujan välisen korrelaation on oltava riittävän korkea. Sen sijaan kahden tai useamman selittävän muuttujan keskinäiset korkeat korrelaatiot aiheuttavat multikollineaarisuudeksi nimitetyn tilanteen. Tällöin kyseiset muuttujat mittaavat ainakin jossain määrin samaa asiaa, ja niiden käyttäminen samassa mallissa on ongelmallista. (Jokivuori & Hietala 2007, 43; Metsämuuronen 2003, 581.) Yleinen tapa testata multikollineaarisuutta ovat VIF- ja Tolerance-arvot, joista ensimmäisen tulisi jäädä alle arvon 4 ja jälkimmäisen ylittää arvo 0.2. Lähellä yhtä olevat arvot kertovat, että selittävien muuttujien väliset korrelaatiot ovat pieniä eikä multikollineaarisuutta juuri esiinny. (Jokivuori & Hietala 2007, 50.)

Regressiomallin selitysvoimaa kuvataan selitysasteella  $R^2$ , joka kertoo, kuinka monta prosenttia malli onnistuu selittämään riippuvan muuttujan vaihtelusta (Metsämuuronen 2003, 581). Tästä selitysasteesta suositetaan yleensä niin kutsuttua korjattua versiota, joka antaa todenmukaisemman tuloksen, kun tutkimuksen kohteena ei ole koko populaatio vaan perusjoukosta poimittu otos. Lisäksi korjattu selitysaste huomioi myös mallissa olevien muuttujien lukumäärän siten, ettei uuden muuttujan lisääminen automaattisesti nosta mallin selitysastetta. Näiden seikkojen vuoksi raportoin analyysissani korjatut selitysasteet. Lisäksi esitän regressiotaulukoissa

tilastollisen F-testin tulokset. Suuri ja tilastollisesti merkitsevä F-arvo kertoo, että malli selittää suuren osan riippuvan muuttujan vaihtelusta ja sopii aineistoon hyvin. (Nummenmaa 2009, 320–321.)

### *Interaktiovaikutus*

Analyysiini sisältyy myös interaktiovaikutuksen tarkastelu, jossa tutkin puolisolta saatua sosiaalista tukea moderaattorina. Moderaattorilla tarkoitetaan sellaista tekijää, joka vaikuttaa yhteyteen kahden tai useamman muuttujan välillä. Regressioanalyysissä interaktiotarkastelua varten luodaan interaktiotermiksi kutsuttu muuttuja kertomalla selittävä muuttuja ja moderaattori toisillaan. Jos interaktiotermi on tilastollisesti merkitsevä, päättelen tässä tutkimuksessa, että puolison tuki vaikuttaa työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen. Kun interaktio sisältää kaksi muuttujaa, kuten tässä tapauksessa, puhutaan kaksisuuntaisesta interaktiosta. Tulkinnan helpottamiseksi interaktiovaikutusta tarkastellaan yleensä visuaalisesti kuvion avulla. (Dawson 2013.)

Tilastollisesti merkitsevien interaktioiden yhteydessä raportoidaan lisäksi simple slope -testit. Simple slope -analyysin avulla selvitetään, eroavatko selittävän ja selitettävän muuttujan väliset yhteydet tilastollisesti toisistaan luokissa A ja B. (Dawson 2013.) Tässä tutkimuksessa moderaattori on kaksiluokkainen, ja siksi arvioin yhteyden merkitsevyyttä kahden arvon kohdalla: ei-riittävä puolison tuki ja riittävä puolison tuki. Toteutin interaktiokuviot ja simple slope -analyysin käyttämällä tähän tarkoitukseen tehtyjä valmiita laskentataulukoita (Dawson. Interpreting interaction effects. 6.4.2017), joihin sijoitin regressiotulosteesta vaaditut arvot. Arvojen lisäämisen jälkeen taulukko muodostaa interaktiokuviot ja laskee simple slopet automaattisesti. Valitsin interaktiokuvioiden piirtämiseen kaksiluokkaiselle moderaattorille sopivan taulukon, joka oli tarkoitettu kaksisuuntaisen interaktion testaamiseen.

### *Muuttujien standardointi*

Ennen analyysia standardoin kaikki jatkuvina käytetyt selittävät muuttujat ja taustamuuttujat siten, että niiden keskiarvoksi tuli 0 ja keskihajonnaksi 1. Selitettävää muuttujaa en standardoinut, ja kaksiluokkaisia muuttujia käytän analyysissä arvon 0 tai 1 saaviksi dummy-muuttujiksi koodattuina. Standardoiminen ei yleensä juuri vaikuta analyysin tuloksiin, mutta sen merkitys korostuu erityisesti silloin, kun halutaan testata interaktiovaikutuksia. (Dawson 2013.) Kun muuttujat on standardoitu ja mukana on interaktiovaikutus, tulkinta tapahtuu standardoimattomien regressiokertoimien perusteella (emt., 12; Frazier, Tix & Barron 2004, 121). Nimitän näitä kertoimia standardoimattomiksi kertoimiksi, kuten on tapana (emt.), vaikka niitä ei tulkitakaan samalla tavalla kuin mallissa, jossa jatkuvia selittäjiä ei ole standardoitu. Kun mallin kaikki jatkuvat muuttujat on selitettävää lukuun ottamatta standardoitu, standardoimaton regressiokerroin kertoo y:n muutoksen sen omalla



asteikolla, kun  $x$  muuttuu yhden keskihajonnan verran. Analyysissani standardoituja muuttujia ovat ikä, sosioekonominen asema, ansiotyötunnit viikossa, lasten lukumäärä sekä kumpaakin työn ja perheen ristiriidan tyyppiä kuvaavat summamuuttujat. Interaktiotermejä muodostaessani olen käyttänyt muuttujien standardoituja versioita, mutta interaktiotermejä itsessään en ole standardoinut.

### *Kuvailevat analyysimenetelmät*

Selittämisen lisäksi analyysini tavoitteena on tiedon tiivistäminen ja kuvailu. Kuvailevat menetelmät tiivistävät aineistossa esiintyvää vaihtelua ja helpottavat sen esittämistä, ymmärtämistä ja tulkitsemista (Nummenmaa 2009, 16–17). Lisäksi niitä voidaan käyttää johtopäätösten ja tulkintojen tukena (Holopainen & Pulkkinen 2008, 78). Analyysissani hyödynnän tässä tarkoituksessa frekvenssejä, prosentteja, keskiarvoja ja -hajontoja, moodeja sekä jakaumien minimi- ja maksimiarvoja.

### *Mallien rakentaminen*

Käyttämäni lineaarinen regressioanalyysi on tyypiltään hierarkkinen. Tämä tarkoittaa sitä, että kaikkia selittäviä muuttujia ei laiteta malliin kerralla, vaan niitä lisätään malliin askeleittain. Menettelytapa mahdollistaa eri askelten keskinäisen vertailun, ja sen avulla voidaan tarkastella, miten malliin aiemmin sijoitetut muuttujat reagoivat siihen myöhemmin lisättyihin muuttujiin. Juuri nämä tekijät ovat analyysini kannalta tärkeitä, ja siksi päädyin valitsemaan hierarkkisen menetelmän. Hierarkkisesti toteutetussa lineaarisessa regressioanalyysissä kiinnostuksenkohteena ovat erityisesti mallin selitysasteessa tapahtuvat muutokset ( $R^2\Delta$ ), jotka raportoin regressiotaulukoissa korjattujen selitysasteiden perässä. (Jokivuori & Hietala 2007, 53.)

Rakensin tuloksista kolme regressiomallia, joista ensimmäisessä on mukana työ–perhe-ristiriita, toisessa perhe–työ-ristiriita ja kolmannessa ristiriidan molemmat tyypit. Tarkastelen myös interaktiovaikutuksia erillään siten, että ensimmäisessä mallissa on työ–perhe-ristiriidan ja puolison tuen yhdysvaikutusta kuvaava interaktiotermi, toisessa perhe–työ-ristiriidan ja puolison tuen yhdysvaikutusta kuvaava interaktiotermi ja viimeisessä kummatkin interaktiotermit. Analyysini jakautui kahdessa ensimmäisessä mallissa neljään vaiheeseen. Ensimmäisellä askeleella sijoitin malliin taustamuuttujat, joita tutkimuksessani ovat ikä, sosioekonominen asema, ansiotyötunnit viikossa, työaika, puolison kokopäivätyö sekä perheessä asuvien lasten lukumäärä. Toisella askeleella mukaan tuli ensimmäisessä mallissa työ–perhe-ristiriita ja toisessa mallissa perhe–työ-ristiriita. Kolmannella askeleella lisäsin malliin moderaattorin eli puolisolta saadun tuen. Viimeisellä askeleella lisäsin malliin vielä interaktiotermin, joka ensimmäisessä mallissa kuvasi työ–perhe-ristiriidan ja sosiaalisen tuen yhdysvaikutusta, toisessa taas perhe–työ-ristiriidan ja sosiaalisen tuen yhdysvaikutusta.

Esitän kaksi ensimmäistä mallia siksi, että työstä perheeseen suuntautuvaa ristiriitaa ja perheestä työhön suuntautuvaa ristiriitaa pidetään erillisinä ilmiöinä (Byron 2005; Carlson & Grzywacz 2008; Frone ym. 1992b), ja siksi niitä on perusteltua tutkia eri malleissa. Koska ristiriidan tyypit ovat kuitenkin tyypillisesti yhteydessä toisiinsa (Mesmer-Magnus & Viswesvaran 2005), pyrin täydentämään kuvaa työn ja perheen ristiriidan yhteydestä isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen kolmannen mallin avulla. Kolmannen mallin muodostaminen poikkesi kahdesta aiemmasta siten, että toisella askeleella otin mukaan työ–perhe-ristiriidan, kolmannella perhe–työ-ristiriidan, neljännellä puolison tuen ja lopuksi molemmat interaktiotermit viidennellä askeleella. Kiinnitän analyysissä huomiota erityisesti siihen, eroavatko tulokset ensimmäisestä ja toisesta mallista.

## 8. TULOKSET

Tässä luvussa kuvaan analyysini tulokset. Tarkastelen ensin vastaajien ominaisuuksia taustamuuttujien valossa ja siirryn sitten käsittelemään tarkemmin selitettävää ja selittäviä muuttujia sekä analyysimuuttujien välisiä korrelaatioita. Tämän jälkeen kuvaan hierarkkisesti toteutetun lineaarisen regressioanalyysin tuloksia, jotka esitän kolmessa mallissa. Lopuksi tarkastelen interaktiovaikutuksia ja vedän yhteen analyysin tulokset.

### 8.1 Alustavat tarkastelut

#### *Taustamuuttujien ja moderaattorin jakaumat*

Seuraavan sivun taulukosta 1 nähdään, että tutkimani isät tekivät keskimäärin 40-tuntista työviikkoa. Vaikka pieni osa vastaajista työskenteli alle kymmenen tuntia viikossa ja joillakin viikkotyötuntien määrä oli näihin verrattuna kymmenkertainen, yli yhdeksän kymmenestä isästä työskenteli 35–45 tuntia viikossa. Kuten jo alaluvussa 7.1 esitin (ks. sivut 31–32), tarkasteleman isät työskentelivät useimmin ylempinä toimihenkilöitä ja tyypillisinä työaikoina. Valtaosalla isistä oli perheessään yksi lapsi, ja toiseksi eniten oli kahden lapsen perheitä. Useimpien puoliso ei ollut tutkimusajankohtana kokopäivätyössä. Merkittävä osa isistä arvioi saaneensa puolisoltaan riittävästi konkreettista apua ja henkistä tukea vanhemmuuteensa, mikä on erittäin myönteinen havainto.

*Taulukko 1. Taustamuuttujien ja moderaattorin frekvenssijakaumat ja tunnusluvut, n=540–560*

Taustamuuttujat	n	%	keskiarvo	keskihajonta	min/max
1. Ikä (vuosi)	557		35.40	5.71	21.00/62.00
2. Ansiotyötunnit viikossa	552		40.02	6.68	7.00/73.00
3. Lasten lkm perheessä	540		1.68	.99	1.00/8.00
4. Sosioekonominen asema <sup>a</sup>					
• työntekijä	219	39			
• alempi toimihenkilö	84	15			
• ylempi toimihenkilö	257	46			
5. Työaika <sup>b</sup>					
• tyypillinen työaika	425	76			
• epätyypillinen työaika	134	24			
6. Puoliso kokopäivätyössä <sup>c</sup>					
• ei	441	79			
• kyllä	116	21			
<b>Moderaattori</b>					
7. Puolison tuki <sup>d</sup>					
• ei riittävä	76	14			
• riittävä	476	86			

<sup>a</sup> 1=työntekijä, 2=alempi toimihenkilö, 3=ylempi toimihenkilö, <sup>b</sup> 0=tyypillinen työaika, 1=epätyypillinen työaika, <sup>c</sup> 0=eivät kokopäivätyössä, 1=kokopäivätyössä, <sup>d</sup> 0=eivät riittävä, 1=riittävä

### *Päämuuttujien jakaumat*

Seuraavaksi tarkastelen tutkimukseni päämuuttujien jakaumia ja tunnuslukuja. Taulukosta 2 nähdään, että psyykkisen kuormittuneisuuden keskiarvo jäi selvästi alle asteikon (5–30) keskivälin, ja asteikon yläpään sijoittuvat arvot olivat vähäisiä. Aineistossani näytti siis olevan enemmän psyykkisesti hyvinvoivia kuin kuormittuneita isiä. Yli kolmanneksella isistä summapistemäärä kuitenkin ylitti aineiston keskiarvon ja joka kymmenennellä asteikon keskivälin. Psyykkisen kuormittuneisuuden jakauman huipukkuus- ja vinousarvot sijoittuivat haluttujen rajojen sisään, ja katsoin muuttujan siksi riittävän normaalisti jakautuneeksi (Ghasemi & Zahediasl 2012). Muuttujan jakauma näkyy kuviossa 2.

Taulukosta 2 nähdään lisäksi, että työn ja perheen ristiriidan kahta tyyppiä kuvaavat muuttujat näyttivät jakaumiltaan hyvin erilaisilta. Työ–perhe-ristiriidan jakauma oli normaalijakauman kaltainen, eli valtaosa vastauksista sijoittui seitsenportaisen asteikon keskivaiheille. Keskiarvo jäi hiukan asteikon puolivälin alle ja yleisimmin valittu vastausvaihtoehto oli neljä, joka kuvasi keskitasoisista ristiriitaa työstä perheeseen. Perhe–työ-ristiriitaa raportoitiin huomattavasti vähemmän, ja yleisimmin valittu vastausvaihtoehto oli kaksi. Peräti 80 prosenttia vastauksista jäi aineiston keskiarvon alle. Kun tarkastelin vähintään ”jossain määrin samaa mieltä” vastanneiden osuuksia, yli kolmannes isistä raportoi ristiriitaa työstä perheeseen, mutta ainoastaan alle joka

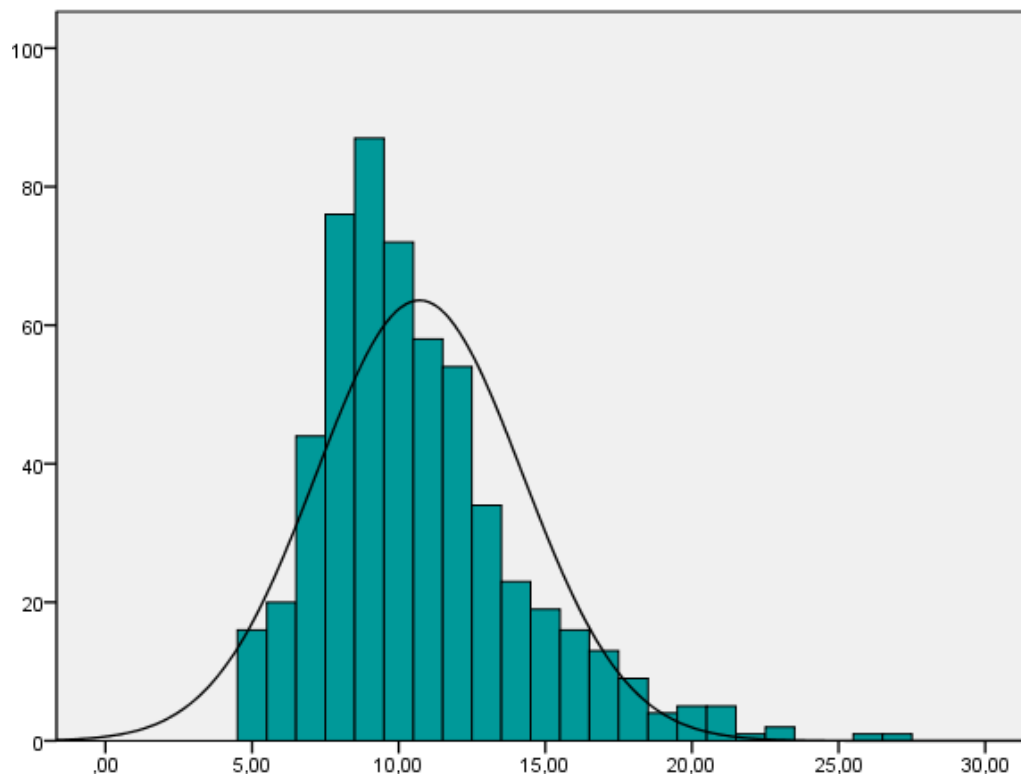
kymmenes ristiriitaa perheestä työhön (ks. myös alaluku 7.2 Mittarit).

*Taulukko 2. Selitettävän ja selittävien muuttujien tunnusluvut*

	n	keskiarvo	keskihajonta	min/max
Psyykkinen kuormittuneisuus <sup>a</sup>	560	10.71	3.51	5.00/27.00
Työ-perhe-ristiriita <sup>b</sup>	559	3.93	1.32	1.00/7.00
Perhe-työ-ristiriita <sup>c</sup>	558	2.70	1.13	1.00/6.00

<sup>a</sup> 5=ei lainkaan kuormittunut...30=erittäin kuormittunut, <sup>b</sup> 1=ei lainkaan...7=erittäin suuri

<sup>c</sup> 1=ei lainkaan...7=erittäin suuri



*Kuvio 2. Psyykkisen kuormittuneisuuden summamuuttuja, n=560  
(5=ei lainkaan kuormittunut...30=erittäin kuormittunut)*

Esitän taulukossa 3 analyysimuuttujieni korrelaatiot. Sekä työ-perhe-ristiriidan että perhe-työ-ristiriidan yhteys psyykkiseen kuormittuneisuuteen oli positiivinen ja tilastollisesti erittäin merkitsevä. Tämä tarkoittaa sitä, että mitä enemmän työn ja perheen ristiriitaa isät kokivat, sitä kuormittuneempia he olivat. Tämä yhteys oli hieman voimakkaampi perhe-työ-ristiriidan kohdalla. Työn ja perheen ristiriidan kaksi tyyppiä korreloivat keskenään positiivisesti, eli yhden tyyppisen ristiriidan kasvaessa myös toinen lisääntyi. Korkeampi sosioekonominen asema korreloi positiivisesti ja tilastollisesti merkitsevästi tyypillisen työajan, viikkotyötuntien määrän ja perhe-työ-ristiriidan kanssa. Puolison tuki korreloi negatiivisesti psyykkisen kuormittuneisuuden ja perhe-työ-ristiriidan kanssa. Myös puolison kokopäivätyön ja työ-perhe-ristiriidan välinen yhteys oli negatiivinen.

Multikollineaarisuutta kuvaavat Tolerance- ja VIF-arvot olivat kaikkien selittävien muuttujien kohdalla lähellä yhtä, mikä kertoi selittäjien olevan riittävän riippumattomia toisistaan (Jokivuori & Hietala 2007, 50–51).

*Taulukko 3. Muuttujien väliset korrelaatiot, n=533–560*

Muuttuja	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
1. psyykkinen kuormittuneisuus	1									
2. ikä	-.07									
3. sosioekonominen asema <sup>a</sup>	.01	.16***								
4. ansiotyötunnit / vk	.04	.08	.13**							
5. työaika <sup>b</sup>	.02	-.06	-.35***	-.01						
6. puoliso kokopäivätyössä <sup>c</sup>	-.07	.04	.06	.01	-.01					
7. lasten lkm perheessä	.11*	.23***	-.02	.07	.02	-.06				
8. puolison tuki <sup>d</sup>	-.35***	.02	.08	-.02	-.10*	-.01	-.03			
9. työ–perhe-ristiriita	.33***	.01	.01	.17***	.06	-.16***	.04	-.05		
10. perhe–työ-ristiriita	.41***	.05	.19***	.08	-.04	.00	.05	-.18***	.29***	1

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

<sup>a</sup> 1=työntekijä, 2=alempi toimihenkilö, 3=ylempi toimihenkilö, <sup>b</sup> 0=tyypillinen työaika, 1=epätyypillinen työaika

<sup>c</sup> 0=ei kokopäivätyössä, 1=kokopäivätyössä, <sup>d</sup> 0=ei riittävä, 1=riittävä

## 8.2 Psyykkistä kuormittuneisuutta ennustavat tekijät

Seuraavaksi siirryn kuvaamaan lineaarisen regressioanalyysin tuloksia. Raportoin kaikki tulokset, jotka ovat merkitsevydeltään  $p<.05$ . Esitän merkitsevyydet taulukoissa standardoimattomien regressiokertoimien perässä. Kuten aiemmin kerroin, standardoin jatkuvat selittävät muuttujat ennen analyysia (ks. sivut 43–44). Ilmoitan taulukoissa lisäksi standardoimattomien regressiokertoimien keskivirheet (SE, standard error). Keskivirhe tarkoittaa tässä kohtaa arviota regressiokertoimen keskihajonnasta. Se mittaa sitä, kuinka paljon kertoimen keskihajonta vaihtelee aineistossa ja kuinka tarkasti malli onnistuu arvioimaan kertoimen arvon. (Minitab Inc 2017; Princeton University Library 2007.) Käsittelin mallien rakentamista edellisen pääluvun lopussa. Olen sijoittanut viimeisen mallin ja sitä vastaavan interaktiokuvion tutkielmani liitteisiin toiston vähentämiseksi, mutta käyn tekstissä läpi myös niitä koskevat tulokset. Esitän malleista yhteenvedon kolmannen mallin käsittelyn jälkeen.

### 8.2.1 Ristiriita työstä perheeseen

Tässä alaluvussa raportoin ensimmäistä hypoteesiani koskevat tulokset. Tämän hypoteesin mukaan työstä perheeseen suuntautuva ristiriita lisää isien psyykkistä kuormittuneisuutta. Samalla tuon esiin myös kolmatta hypoteesiani koskevia tuloksia, jotka syventyvät alaluvussa 8.2.3. Kyseinen hypoteesi kuuluu: Puolison riittävä

tuki suojaa työn ja perheen ristiriitaa kokevia isiä psyykkiseltä kuormittumiselta. Työn ja perheen ristiriita on yhteydessä psyykkiseen kuormittuneisuuteen voimakkaammin niillä isillä, jotka eivät saa puolisoltaan riittävästi tukea, kuin niillä, jotka saavat sitä riittävästi. Esitän regressiomallin, jossa ovat taustamuuttujien ja moderaattorin lisäksi mukana työ–perhe-ristiriita sekä sen ja puolison tuen yhdysvaikutusta kuvaava interaktiotermin. Kunkin analyysiosan lopussa kerron, saivatko testaamani hypoteesit tukea analyysin tuloksista. Työ–perhe-ristiriidan päävaikutus psyykkiseen kuormittuneisuuteen ilman muita muuttujia oli positiivinen ja tilastollisesti erittäin merkitsevä ( $B=1.16$ ,  $p<.001$ ). Mallissa, jossa oli työ–perhe-ristiriidan lisäksi puolison tuki ja interaktiotermin, interaktiotermin oli tilastollisesti erittäin merkitsevä ( $p<.001$ ). Regressiomallin tulokset näkyvät taulukossa 4.

*Taulukko 4. Regressiomalli 1: Psyykkistä kuormittuneisuutta ennustavat tekijät, työ–perhe-ristiriita (hierarkkinen regressioanalyysi,  $n=522$ )*

	Askel 1	Askel 2	Askel 3	Askel 4
	B <sup>a</sup> (SE) <sup>b</sup>	B (SE)	B (SE)	B (SE)
<b>Taustamuuttujat</b>				
ikä	-.31 (.16)	-.32* (.15)	-.29* (.14)	-.27 (.14)
sosioekonominen asema <sup>c</sup>	.07 (.17)	.06 (.16)	.09 (.15)	.04 (.15)
ansiotyötunnit viikossa	.06 (.18)	-.21 (.17)	-.23 (.16)	-.21 (.16)
työaika <sup>d</sup>	.29 (.39)	.02 (.37)	-.13 (.34)	-.02 (.34)
puoliso kokopäivätyössä <sup>e</sup>	-.50 (.37)	-.02 (.36)	-.08 (.34)	-.25 (.33)
lasten lkm perheessä	.44** (.16)	.43** (.15)	.38** (.14)	.35* (.14)
<b>Selittävä päämuuttuja</b>				
työ–perhe-ristiriita		1.18*** (.15)	1.09*** (.14)	2.47*** (.34)
<b>Moderaattori</b>				
puolison tuki <sup>f</sup>			-3.57*** (.41)	-3.28*** (.40)
<b>Interaktiotermin</b>				
työ–perhe-ristiriita * puolison tuki				-1.65*** (.38)
<b>Korjattu R<sup>2</sup> (R<sup>2</sup>Δ)</b>	.01	.11 (.10)	.23 (.12)	.26 (.03)
<b>F</b>	2.11	10.57	20.40	20.91

\*  $p<.05$  \*\*  $p<.01$  \*\*\*  $p<.001$

<sup>a</sup> standardoimaton regressiokerroin, <sup>b</sup> standardoimattoman regressiokertoimen keskivirhe

<sup>c</sup> 1=työntekijä, 2=alempi toimihenkilö, 3=ylempi toimihenkilö, <sup>d</sup> 0=tyypillinen työaika, 1=epätyypillinen työaika

<sup>e</sup> 0=ei kokopäivätyössä, 1=kokopäivätyössä, <sup>f</sup> 0=ei riittävä, 1=riittävä

Selitettävä muuttuja psyykinen kuormittuneisuus (5=ei lainkaan kuormittunut...30=erittäin kuormittunut)

Taulukosta 4 nähdään, että ensimmäisellä askeleella lisätyistä muuttujista ainoastaan lasten lukumäärä selitti psyykkistä kuormittuneisuutta tilastollisesti merkitsevästi ( $p<.01$ ). Kerroin oli positiivinen, eli lasten lukumäärän kasvaessa myös kuormittuneisuus kasvoi. Malli selitti vain yhden prosentin psyykkisen kuormittuneisuuden vaihtelusta. Toisella askeleella lisäsin tarkasteluun työ–perhe-ristiriidan, ja mallin selitysaste kasvoi 10 prosentilla. Työ–perhe-ristiriita oli erittäin merkitsevä psyykkisen kuormittuneisuuden selittäjä, ja ristiriidan kasvaessa myös kuormittuneisuus kasvoi. Lasten lukumäärä säilyi tilastollisesti merkitseväksi selittäjänä, ja ikä

nousi melkein merkitseväksi selittäjäksi ( $p<.05$ ). Negatiivinen kerroin ilmaisi, että vanhemmilla vastaajilla kuormittuneisuus oli hiukan vähäisempää kuin nuoremmilla. Matala regressiokerroin viittasi kuitenkin siihen, ettei kyse ollut kovin voimakkaasta yhteydestä.

Kolmannella askeleella lisäsin malliin puolisolta saadun tuen, ja mallin selitysaste kasvoi 12 prosentilla. Puolisolta saadun tuen yhteys psyykkiseen kuormittuneisuuteen oli negatiivinen ja tilastollisesti erittäin merkitsevä ( $p<.001$ ). Riittävästi tukea saavat olivat vähemmän kuormittuneita kuin ne, jotka eivät saaneet riittävästi tukea. Neljännellä eli viimeisellä askeleella mukaan tuli työ–perhe-ristiriidan ja puolison tuen yhdysvaikutusta kuvaava interaktiotermin, joka selitti psyykkisen kuormittuneisuuden vaihtelua tilastollisesti erittäin merkitsevästi. Lasten lukumäärän tilastollinen merkitsevyys laski hiukan eikä ikä säilynyt merkitseväksi selittäjänä. Mallin selitysaste nousi viimeisellä askeleella kolme prosenttia, ja kokonaisuudessaan muodostettu malli onnistui selittämään 26 prosenttia psyykkisen kuormittuneisuuden vaihtelusta aineistossa. Ensimmäinen hypoteesi sai tukea analyysin tuloksista: ristiriita työstä perheeseen lisäsi mallin mukaan isien psyykkistä kuormittuneisuutta. Tilastollisesti erittäin merkitsevä interaktiotermin taas antoi tukea kolmannelle hypoteesille. Puolisolta saatu tuki vaikutti mallissa työ–perhe-ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen.

#### 8.2.2 Ristiriita perheestä työhön

Seuraavaksi testasin toista tutkimushypoteesiani, jonka mukaan perheestä työhön suuntautuva ristiriita lisää isien psyykkistä kuormittuneisuutta. Samalla tarkastelin myös kolmatta hypoteesiani selvittämällä, vaikuttaako puolisolta saatu tuki perhe–työ-ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen. Esitän regressiomallin, jossa ovat taustamuuttujien ja moderaattorin lisäksi mukana perhe–työ-ristiriita sekä sen ja puolison tuen yhdysvaikutusta kuvaava interaktiotermin. Perhe–työ-ristiriidan päävaikutus psyykkiseen kuormittuneisuuteen ilman muita muuttujia oli positiivinen ja tilastollisesti erittäin merkitsevä ( $B=1.44$ ,  $p<.001$ ). Kun lisäsin malliin puolison tuen ja interaktiotermin, interaktiotermin oli tilastollisesti merkitsevä ( $p<.01$ ). Koska ensimmäinen askel oli sama kuin edellä esitetyssä mallissa, raportoin tulokset toisesta askeleesta lähtien. Esitän regressioanalyysin tulokset seuraavalla sivulla taulukossa 5.

*Taulukko 5. Regressiomalli 2: Psyykkistä kuormittuneisuutta ennustavat tekijät, perhe–työ-ristiriita (hierarkkinen regressioanalyysi, n=522)*

	Askel 1	Askel 2	Askel 3	Askel 4
	B <sup>a</sup> (SE) <sup>b</sup>	B (SE)	B (SE)	B (SE)
<b>Taustamuuttujat</b>				
ikä	-.31 (.16)	-.30* (.14)	-.28* (.14)	-.29* (.14)
sosioekonominen asema <sup>c</sup>	.07 (.17)	-.23 (.15)	-.16 (.15)	-.15 (.15)
ansiotyötunnit viikossa	.06 (.18)	-.09 (.16)	-.10 (.15)	-.09 (.15)
työaika <sup>d</sup>	.29 (.39)	.10 (.35)	-.02 (.33)	.02 (.33)
puoliso kokopäivätyössä <sup>e</sup>	-.50 (.37)	-.44 (.34)	-.47 (.32)	-.50 (.32)
lasten lkm perheessä	.44** (.16)	.35* (.14)	.32* (.14)	.34* (.14)
<b>Selittävä päämuuttuja</b>				
perhe–työ-ristiriita		1.52*** (.14)	1.31*** (.14)	2.20*** (.35)
<b>Moderaattori</b>				
puolison tuki <sup>f</sup>			-3.01*** (.40)	-2.54*** (.43)
<b>Interaktiotermin</b>				
perhe–työ-ristiriita * puolison tuki				-1.05** (.37)
<b>Korjattu R<sup>2</sup> (R<sup>2</sup>Δ)</b>	.01	.19 (.18)	.27 (.08)	.28 (.01)
<b>F</b>	2.11	18.82	25.27	23.64

\* p<.05 \*\* p<.01 \*\*\* p<.001

<sup>a</sup> standardoimaton regressiokerroin, <sup>b</sup> standardoimattoman regressiokertoimen keskivirhe

<sup>c</sup> 1=työntekijä, 2=alempi toimihenkilö, 3=ylempi toimihenkilö, <sup>d</sup> 0=tyypillinen työaika, 1=epätyypillinen työaika

<sup>e</sup> 0=ei kokopäivätyössä, 1=kokopäivätyössä, <sup>f</sup> 0=ei riittävä, 1=riittävä

Selitettävä muuttuja psyykinen kuormittuneisuus (5=ei lainkaan kuormittunut...30=erittäin kuormittunut)

Toisella askeleella lisäsin malliin perhe–työ-ristiriidan, joka työ–perhe-ristiriidan tavoin lisäsi psyykkistä kuormittuneisuutta erittäin merkitsevästi. Taulukosta 5 nähdään, että perhe–työ-ristiriidan huomioiminen nosti iän melkein merkitseväksi selittäjäksi. Kuormittuneisuus oli vähäisempää vanhemmilla vastaajilla ja lisääntyi lasten lukumäärän kasvaessa. Perhe–työ-ristiriidan lisääminen nosti mallin selitysastetta 18 prosenttia. Kolmannella askeleella mukaan tuli puolison tuki, ja mallin selitysaste kasvoi kahdeksalla prosentilla. Kuten ensimmäisessä mallissa, puolisolta saadun tuen yhteys psyykkiseen kuormittuneisuuteen oli negatiivinen ja tilastollisesti erittäin merkitsevä (p<.001). Neljännellä eli viimeisellä askeleella lisäsin malliin perhe–työ-ristiriidan ja puolison tuen yhdysvaikutusta kuvaavan interaktiotermin, joka selitti tilastollisesti merkitsevästi psyykkisen kuormittuneisuuden vaihtelua. Toisin kuin ensimmäisessä mallissa, ikä säilyi melkein merkitsevästi selittäjänä myös viimeisellä askeleella. Muiden muuttujien merkitsevyystasot pysyivät ennallaan. Mallin selitysaste nousi viimeisellä askeleella vain yhden prosentin, ja lopulliseksi selitysasteeksi tuli 28 prosenttia. Analyysin tulokset antoivat tukea toiselle hypoteesille, sillä toisen regressiomallin mukaan ristiriita perheestä työhön lisäsi isien psyykkistä kuormittuneisuutta. Koska interaktiotermin oli tilastollisesti merkitsevä, puolisolta saatu tuki vaikutti mallissa perhe–työ-ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen.



### 8.2.3 Työn ja perheen ristiriidan molemmat tyypit

Lopuksi tarkastelin työ–perhe-ristiriitaa ja perhe–työ-ristiriitaa samassa mallissa, johon tulivat myös kummankin ristiriitatyyppin ja puolison tuen yhdysvaikutuksia kuvaavat interaktiotermit. Tutkin samoja hypoteeseja kuin edellä, mutta tällä kertaa kiinnostuksen kohteena oli se, saisivatko hypoteesit tukea yhdessä mallissa. Myös samassa mallissa ollessaan ristiriidan molempien tyyppien päävaikutukset psyykkiseen kuormittuneisuuteen olivat positiiviset ja tilastollisesti erittäin merkitsevät. Olen esittänyt kolmannen regressiomallin tulokset tutkielman liitteenä olevassa taulukossa, eivätkä ne taustamuuttujien osalta poikenneet edellä esitetystä malleista (ks. liite 1). Samaan malliin sijoitettuina sekä työ–perhe-ristiriita että perhe–työ-ristiriita lisäsivät psyykkistä kuormittuneisuutta. Standardoimaton regressiokerroin oli ennen puolison tuen ja interaktiotermien lisäämistä korkeampi perhe–työ-ristiriidan kohdalla ( $B=1.30$ ,  $p<.001$ ) kuin työ–perhe-ristiriidan kohdalla ( $B=.80$ ,  $p<.001$ ). Työ–perhe-ristiriidan regressiokerroin kuitenkin laski, kun lisäsin ristiriidan toisen tyyppin malliin. Tämä kertoo kyseisten muuttujien vaikutuksista toisiinsa, vaikka niiden välinen korrelaatio jäikin melko matalaksi (ks. taulukko 3, sivu 48).

Mielenkiintoista on, että vain työ–perhe-ristiriidan ja puolison tuen yhdysvaikutusta kuvaava interaktiotermi säilyi tilastollisesti merkitsevä, kun tarkastelin ristiriidan molempia tyyppejä samassa mallissa. Lopputulos interaktiotermien osalta oli sama myös ilman taustamuuttujia toteutetussa mallissa, jossa olivat mukana työ–perhe-ristiriita, perhe–työ-ristiriita, puolison tuki sekä kummatkin interaktiotermit. Kolmannen mallin selitysaste oli esitetystä malleista korkein, peräti 33 prosenttia. Kuten aiemmissa malleissa, myös tässä mallissa ensimmäinen ja toinen hypoteesi saivat tukea analyysin tuloksista: ristiriita työstä perheeseen ja perheestä työhön lisäsivät isien psyykkistä kuormittuneisuutta. Puolisolta saatu tuki vaikutti työ–perhe-ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen, mutta ei yhteyteen perhe–työ-ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden välillä.

#### *Yhteenvetoa malleista*

Kolmannen mallin selitysaste oli suurin, ja toisen hiukan ensimmäistä suurempi. Tilastollinen F-testi oli kaikissa malleissa ensimmäistä askelta lukuun ottamatta erittäin merkitsevä (ensimmäisellä askeleella  $p=.051$  eli lähellä tilastollisesti melkein merkitsevää). Tämä tarkoittaa mallien selittävän psyykkistä kuormittuneisuutta erittäin merkitsevästi. Lisäksi jäännöstermit olivat riittävän normaalisti jakautuneet. Kun tutkin jäännösvaihtelua hajontakuvioiden perusteella ja vertasin sitä Nummenmaan (2009, 325) esittämiin jäännöstermien mahdollisiin jakaumiin, tämä vaihtelu ei näyttänyt täysin satunnaiselta. Sen sijaan jäännösvaihtelusta löytyi systemaattisuutta siten, että pisteet kerääntyivät erityisesti kuvion vasempaan laitaan. Tältä osin muodostetut mallit eivät näyttäneet toimivan parhaalla mahdollisella tavalla.

Kaikissa kolmessa mallissa selityasteet nousivat regressioanalyysin jokaisella askeleella. Ensimmäisessä mallissa selityaste nousi eniten toisen ja kolmannen askeleen välillä, kun lisäsin malliin puolison tuen. Toisessa mallissa taas perhe–työ-ristiriidan lisääminen nosti selitystetta peräti 18 prosentilla. Myös viimeisessä mallissa selityaste kasvoi eniten, kun mukaan tuli perhe–työ-ristiriita kolmannella askeleella. Kummatkin työn ja perheen ristiriidan tyypit lisäsivät psyykkistä kuormittuneisuutta tilastollisesti erittäin merkitsevästi kaikissa malleissa. Kuormittuneisuutta lisäsivät hiukan kaikissa malleissa lisäksi vastaajan nuori ikä ja perheessä asuvien lasten lukumäärä. Myös puolisolta saatu tuki osoittautui erittäin merkitseväksi psyykkisen kuormittuneisuuden selittäjäksi, joka vähensi psyykkistä kuormittuneisuutta jokaisessa regressiomallissa.

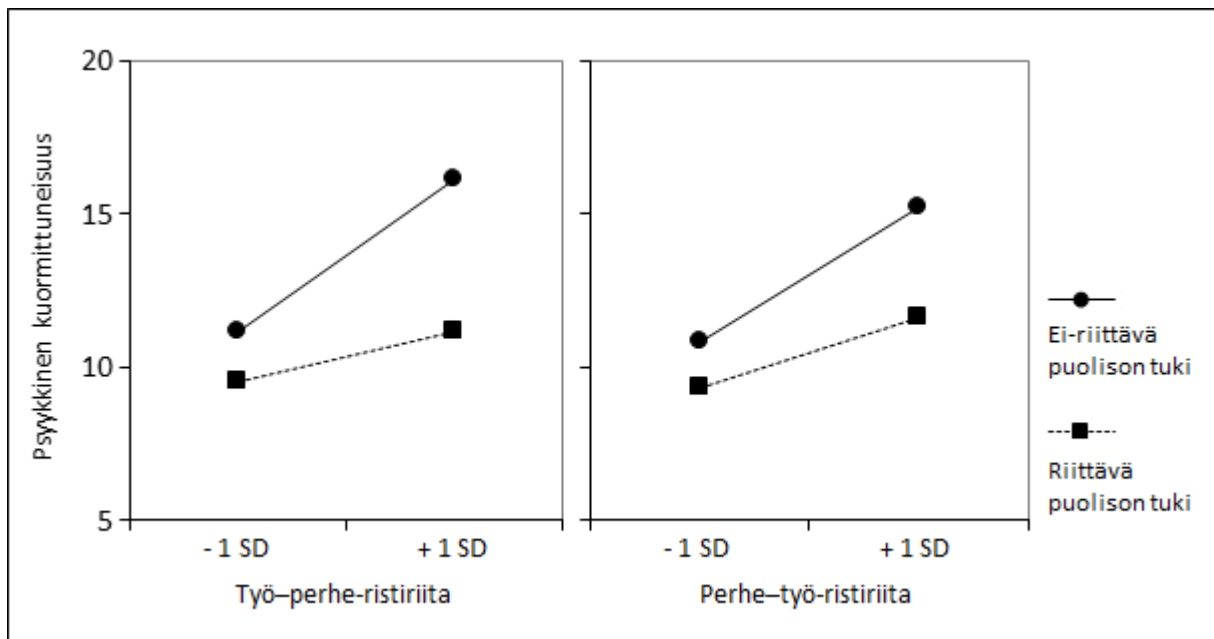
Kaikki hypoteesit saivat tukea analyysin tuloksista. Ristiriita työstä perheeseen ja perheestä työhön lisäsivät isien psyykkistä kuormittuneisuutta. Ennen moderaattorin ja interaktiotermin lisäämistä regressiokerroin oli suurempi perhe–työ-ristiriidan kohdalla. Sosiaalisella tuella oli suora negatiivinen yhteys psyykkiseen kuormittuneisuuteen. Lisäksi se vaikutti yhteyteen työn ja perheen ristiriidan kummankin tyyppin ja psyykkisen kuormittuneisuuden välillä, kun tarkastelin ristiriidan tyyppisiä eri malleissa. Samaan malliin sijoitettuna perhe–työ-ristiriidan ja puolison tuen yhdysvaikutusta kuvaava interaktiotermin menetti tilastollisen merkitsevyytensä, kun taas toinen interaktiotermin säilyi tilastollisesti erittäin merkitsevä. Käsittelen näitä interaktiovaikutuksia tarkemmin seuraavassa alaluvussa.

### 8.3 Interaktioiden jatkotarkastelu

Seuraavaksi käsittelen tarkemmin edellä havaittuja interaktiovaikutuksia kuvioiden ja simple slope -analyysin avulla. Analyysien toteutus ja tulkinta perustuvat Dawsonin artikkeliin ja laskentataulukoihin (Dawson 2013; Dawson. Interpreting interaction effects. 6.4.2017). Analyysin tarkoituksena oli selvittää, miten puolisolta saatu tuki vaikuttaa työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen. Aloitan esittämällä ensimmäisessä ja toisessa mallissa havaitut interaktiovaikutukset ja siirryn sen jälkeen kolmanteen malliin. Avaan tuloksia sanallisesti kolmannen mallin käsittelyn jälkeen. Interaktiokuvioissa olen jättänyt selitettävän muuttujan asteikon yläosan pois ja kohdistanut asteikon välille 5–20 (alkuperäinen asteikko 5–30), jotta erot ja yksityiskohdat tulisivat paremmin esiin. Koska moderaattori oli kaksiluokkainen, arvioin puolison tukea kahdessa pisteessä (0=ei-riittävä puolison tuki ja 1=riittävä puolison tuki).

Ensimmäisessä regressiomallissa työ–perhe-ristiriidan ja puolison tuen interaktiotermin nousi tilastollisesti erittäin merkitseväksi. Toisessa taas perhe–työ-ristiriita muodosti puolison tuen kanssa tilastollisesti merkitsevän interaktiotermin. Kuviossa 3 olen esittänyt työn ja perheen ristiriidan molempien tyyppien yhteydet psyykkiseen

kuormittuneisuuteen riittävästi ja ei-riittävästi tukea saavilla vastaajilla. Simple slope -analyysi osoitti, että työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden välinen yhteys oli tilastollisesti erittäin merkitsevä ja positiivinen sekä riittävästi että ei-riittävästi puolisoilta tukea saavilla isillä. Yhteys työ–perhe-ristiriidan ja kuormittuneisuuden välillä oli kuitenkin merkitsevästi voimakkaampi niillä isillä, jotka eivät saaneet riittävästi tukea puolisoilta ( $B=2.47$ ,  $p<.001$ ) verrattuna niihin isiin, jotka saivat riittävästi tukea ( $B=0.81$ ,  $p<.001$ ). Tulokset perhe–työ-ristiriidan osalta olivat hyvin samansuuntaiset. Ei-riittävästi tukea saavilla isillä ristiriidan yhteys kuormittuneisuuteen oli voimakkaampi ( $B=2.20$ ,  $p<.001$ ) ja riittävästi tukea saavilla vastaavasti heikompi ( $B=1.15$ ,  $p<.001$ ). (Dawson 2013.)



Kuvio 3. Työn ja perheen ristiriidan ja puolison tuen interaktiovaikutukset psyykkiseen kuormittuneisuuteen regressiomalleissa 1 ja 2.

Vaikka tarkastelin edellä jo työ–perhe-ristiriidan ja puolison tuen yhdysvaikutusta, tutkin interaktiokuvioita ja simple slope -testiä lyhyesti myös kolmannen mallin osalta (ks. liite 2). Kuten edelläkin, työ–perhe-ristiriidan ja kuormittuneisuuden välinen yhteys oli heikompi riittävästi tukea saavilla isillä ( $B=0.55$ ,  $p<.001$ ) ja voimakkaampi niillä isillä, jotka eivät saaneet puolisoilta riittävästi tukea ( $B=1.96$ ,  $p<.001$ ). Riittävästi tukea saavien isien kuormittuneisuus oli lähes samalla tasolla riippumatta siitä, kokivatko he työ–perhe-ristiriitaa vai eivät. Yhteys ristiriidan ja kuormittuneisuuden välillä oli kuitenkin tilastollisesti erittäin merkitsevä myös riittävästi tukea saavilla vastaajilla.

Edellä esitetyt interaktiotarkastelut antoivat tukea tutkimuksen kolmannelle hypoteesille, joka koski puolisoilta saadun sosiaalisen tuen puskurointivaikutusta. Analyysin tulokset osoittivat, että työn ja perheen ristiriidan ja

psykkisen kuormittuneisuuden suhde riippui siitä, saiko isä puolisoltaan riittävästi tukea vai ei. Tämä koski erikseen tarkasteltuina ristiriidan molempia tyyppejä (mallit 1 ja 2), ja samassa mallissa ristiriitaa työstä perheeseen (malli 3). Kun työ–perhe-ristiriita, perhe–työ-ristiriita sekä molemmat interaktiotermit olivat samassa mallissa, puolisolta saatu tuki näytti vaikuttavan tilastollisesti merkitsevästi vain työ–perhe-ristiriidan ja psykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen. Interaktioiden jatkotarkastelut osoittivat, että riittävästi tukea saavilla isillä yhteys ristiriidan ja kuormittuneisuuden välillä oli heikompi kuin niillä, jotka eivät saaneet puolisoltaan riittävästi tukea. Huomionarvoista oli, että kaikissa kolmessa interaktiotarkastelussa ristiriidan yhteys kuormittuneisuuteen säilyi myös riittävästi tukea saavilla isillä. Tämä tarkoittaa sitä, että työn ja perheen ristiriita lisäsi kuormittuneisuutta myös silloin, kun isä sai riittävästi tukea puolisoltaan. Ei-riittävästi tukea saavilla isillä ristiriidan ja kuormittuneisuuden yhteys oli kuitenkin selvästi voimakkaampi.

## 9. JOHTOPÄÄTÖKSET JA TUTKIMUKSEN ARVIOINTI

Tutkielmani tavoitteena oli selvittää, miten työn ja perheen ristiriita on yhteydessä yksivuotiaiden lasten isien psykkiseen kuormittuneisuuteen. Tarkastelunkohteena oli sekä työstä perheeseen suuntautuva ristiriita että perheestä työhön suuntautuva ristiriita, joita tutkin ensin eri malleissa ja sitten samassa mallissa. Lisäksi olin kiinnostunut puolisolta saadun sosiaalisen tuen vaikutuksesta työn ja perheen ristiriidan ja psykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen. Halusin selvittää, suojaako puolison tuki työn ja perheen ristiriitaa kokevia isä kuormittumiselta siten, että riittävästi puolisoltaan tukea saavat isät eivät kuormittuisi ristiriitaa kokiessaan yhtä paljon kuin vain vähän tai ei lainkaan tukea saavat isät. Tutkimukseni kaikki kolme hypoteesia saivat tukea analyysini tuloksista. Seuraavaksi vedän yhteen tutkimukseni keskeisimmät tulokset, suhteutan niitä aiempaan tutkimukseen ja esitän johtopäätöksiä tulosteni pohjalta. Tämän jälkeen käsittelen tutkielmani rajoituksia ja arvioin sen vahvuuksia ja heikkouksia. Samalla esitän myös jatkotutkimustarpeita. Tutkielmani viimeisessä luvussa tarkastelen tuottamani tiedon merkitystä tutkimuksen ja yhteiskunnan näkökulmista. Päätän tutkielmani pohtimalla lapsiperheiden hyvinvoinnin tutkimisen ja tukemisen tärkeyttä.

### 9.1 Työn ja perheen ristiriita kuormittaa pienten lasten isiä

Länsimainen isyys on ollut viime vuosikymmenet muutoksen tilassa. Tämä laaja-alainen muutos on näkynyt paitsi isien rooleissa ja isyyden käytännöissä myös isyyttä koskevissa ihanteissa ja asenteissa. Lisäksi se on heijastunut isien omiin isyyskertomuksiin ja itseymmärrykseen. (Aalto 2004, 69–70.) Tämän muutoksen myötä isät ovat saaneet kantaakseen uudenlaisia vastuita. Aiemmin perheen elättäjän roolin hoitaminen riitti hyvään isyyteen,

mutta nyt isiltä odotetaan toimeentulon hankkimisen lisäksi myös vahvaa sitoutumista perheeseen sekä aktiivista osallistumista lasten- ja kodinhoitoon. (Adler & Lenz 2016a, 3; Huttunen 2001, 149–170.) Tehtävää eivät ole helpottaneet työelämän globaalit muutokset, jotka ovat häivyttäneet rajaa työn ja perheen välillä. Kun tästä rajasta tulee jatkuvasti epäselvempi, myös elämänalueiden välinen kielteinen vuorovaikutus on vaarassa lisääntyä. (Kinnunen ym. 2009, 126–127; Kivimäki 2003, 192; Rönkä & Kinnunen 2009.)

Tutkimustavoitteenani oli selvittää, miten työn ja perheen ristiriita on yhteydessä yksivuotiaiden lasten isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen. Aiemmissa tutkimuksissa työn ja perheen ristiriidan on havaittu vaikuttavan kielteisesti moniin hyvinvoinnin osa-alueisiin ja lisäävän muun muassa masennusta, uupumusta ja psyykkistä kuormittuneisuutta (Amstad ym. 2011; Bellavia & Frone 2005; Frone 2003). Isillä työn ja perheen suhde on nähty ongelmattomampana kuin äideillä (Daly & Palkovitz 2004, 211–212; Ranson 2012), mutta tämän tutkimuksen tulokset osoittavat, että työn ja perheen ristiriidalla on kielteisiä seurauksia isien psyykkiselle hyvinvoinnille. Työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliltä löytyi positiivinen yhteys: mitä enemmän työn ja perheen ristiriitaa pienten lasten isät kokivat, sitä kuormittuneempia he olivat. Tulos koski sekä työstä perheeseen suuntautuvaa ristiriitaa että perheestä työhön suuntautuvaa ristiriitaa, jotka kummatkin lisäsivät isien psyykkistä kuormittuneisuutta. Aiemmin on nähty, että näillä kahdella työn ja perheen ristiriidan tyypillä on erilaiset seuraukset (esim. Frone ym. 1997; Mesmer-Magnus & Viswesvaran 2005), mutta molempien on katsottu vaikuttavan terveyteen ja psyykkiseen hyvinvointiin (Amstad ym. 2011). Tutkimukseni tulokset tukevat jälkimmäistä näkemystä.

Tarkastelin tutkimuksessani työn ja perheen ristiriidan molempia tyyppejä, mikä auttoi hahmottamaan kokonaisvaltaisemmin näiden kahden ilmiön yhteyksiä isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen (Frone ym. 1992b). Lähestyin työn ja perheen vuorovaikutusta Greenhausin ja Beutellin (1985) rooliteoreettisen työn ja perheen ristiriidan mallin kehyksestä. Siitä käsin työn ja perheen rajapinta näyttäytyy kahden elämänalueen roolien sekä niihin liittyvien piirteiden, odotusten ja vaatimusten kohtauspaikkana (Rantanen & Kinnunen 2005). Omaksumastani näkökulmasta työ- ja perherooleihin liittyy monia ristiriitaisia vaatimuksia, joihin paraskaan isä ei pysty vastaamaan samanaikaisesti (Goode 1960; Greenhaus & Beutell 1985). Työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden yhteyttä koskevat tulokseni näyttävät tästä rooliteoreettisesta viitekehyksestä tarkasteltuina seuraavanlaisilta: kun työ- tai perheroolin vaatima aika tai roolista aiheutuva kuormitus vaikeuttaa toisen roolin vaatimukseen vastaamista, isät kokevat työn ja perheen ristiriitaa ja kuormittuvat psyykkisesti. Greenhausin ja Beutellin (1985) mukaan työn ja perheen ristiriita voimistuu roolien ollessa keskeisiä ihmisen minäkuvalle, kuten pienten lasten isien työ- ja perheroolien kohdalla voisi olettaa.

## 9.2 Puolison tuki suojaa työn ja perheen ristiriitaa kokevia isiä psyykkiseltä kuormittumiselta

Toisena tavoitteenani oli tutkia sitä, vaikuttaako puolisolta saatu sosiaalinen tuki isien työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen. Sosiaalisen tuen on aiemmin havaittu olevan yhteydessä hyvinvointiin, ja sitä on tarkasteltu puskuroivana tekijänä erilaisten stressaavien tapahtumien ja niiden kielteisten seurausten välillä (Cohen & Syme 1985; Lakey & Cohen 2000). Juuri puolison tuki on nähty isille erityisen merkityksellisenä, sillä puoliso on monelle isälle tärkein tuen lähde (Halle ym. 2008; Kalliomaa 2010). Isät tukeutuvat äitejä harvemmin muuhun tukiverkostoonsa (Kontula 2013, 119–120; Olson & Schultz 1994; van Daalen ym. 2005) ja kokevat lisäksi saavansa äitejä vähemmän tukea yhteiskunnan virallisilta tahoilta, kuten lapsiperheille suunnatuista palveluista (Jämsä 2010b; Paajanen 2006, 66–67). Kiinnitin tutkimuksessani huomioni siihen, arvioiko isä saaneensa puolisoltaan riittävästi konkreettista apua ja henkistä tukea vanhemmuuteensa vai ei. Tällainen apu voidaan katsoa välineelliseksi ja emotionaaliseksi tueksi, mutta lisäksi puolison tuki sisältää todennäköisesti myös tiedollisen ja arvioivan tuen elementtejä (ks. House & Kahn 1985).

Tutkimuksessani havaitsin puolisolta saadun sosiaalisen tuen vaikuttavan työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen. Kun tarkastelin ristiriidan tyyppejä eri malleissa, riittävästi tukea saavilla isillä kyseinen yhteys oli ristiriidan tyyppistä riippumatta heikompi kuin niillä, jotka eivät saaneet puolisoltaan riittävästi tukea. Konkreettisemmin tulosta voidaan kuvata seuraavalla tavalla. Kun isä kokee, että hänen työnsä edellyttämät ajalliset uhraukset estävät häntä osallistumasta tasapuolisesti kodin tehtävien hoitoon tai että perheasioista johtuva stressi aiheuttaa keskittymisvaikeuksia työssä, isän riski kuormittua psyykkisesti kasvaa. Jos isä kuitenkin saa riittävästi konkreettista apua ja henkistä tukea vanhemmuuteensa puolisoltaan, työn ja perheen ristiriita ei juurikaan lisää kuormittuneisuutta. Tilanne on kuitenkin heikompi niillä isillä, jotka eivät saa puolisoltaan lainkaan tukea tai jotka saavat sitä vain vähän. Mitä enemmän työn ja perheen ristiriitaa nämä isät kokevat, sitä enemmän he kuormittuvat.

Edellä esitetty tulos viittaa sosiaalisen tuen puskurointivaikutukseen, joka heikentää positiivista yhteyttä stressitekijöiden ja kuormittuneisuuden välillä ja toimii suojana stressaavien tapahtumien haitallisia seurauksia vastaan (Carlson & Perrewé 1999, 516; Eckenrode & Gore 1990, 209). Tätä mekanismia selittää puskurointimallin mukaan kaksi seikkaa, kuten alaluvussa 5.1 esitin. Ensinnäkin puolison tarjoama tuki, kuten neuvot, ymmärrys ja konkreettinen apu, auttaa isää hallitsemaan paremmin työn ja perheen ristiriitaa ja sopeutumaan stressaavaan tilanteeseen. Tämän vuoksi ristiriidan yhteys hyvinvointiin heikkenee. Toiseksi pelkästään isän arvio siitä, että puolison tuki on saatavilla, voi saada isän arvioimaan kokemansa työn ja perheen ristiriidan vähemmän stressaavaksi. Tällöin puolison todellisen tukitoiminnan sijaan uskomus puolison tuen saatavilla olosta suojaa isää työn ja perheen ristiriidan kuormittavalta vaikutukselta. (Lakey & Cohen 2000.)

Sosiaalinen tuki voi heikentää yhteyttä stressitekijän ja tarkastellun seurauksen välillä tai poistaa tämän yhteyden kokonaan (Cohen & Wills 1985). Tässä tutkimuksessa sosiaalinen tuki heikensi työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden välistä yhteyttä. Tämä näkyi siten, että työn ja perheen ristiriita lisäsi myös riittävästi puolisoltaan tukea saavien isien kuormittuneisuutta. Havainto tarkoittaa sitä, että vaikka puolison tuki suojaakin isiä voimakkaalta kuormittumiselta, tuki ei kokonaan poista yhteyttä koetun työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliltä. Tämän voi nähdä viittaavan siihen, että ristiriidan kielteiset seuraukset ovat niin merkittäviä, ettei puolison tukikaan riitä täysin suojaamaan isiä niiltä.

Tutkimuksessani tarkastelin työn ja perheen ristiriidan kahta tyyppiä myös samassa mallissa. Tässä kolmannessa mallissa sosiaalinen tuki vaikutti tilastollisesti merkitsevästi vain työstä perheeseen suuntautuvan ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden väliseen yhteyteen. Jos tuloksia tulkitaan pelkästään tämän mallin valossa, näyttää siltä, että puolison riittävä tuki suojaaa isien psyykkistä hyvinvointia työn ja perheen ristiriidan kielteisiltä seurauksilta ainoastaan silloin, kun ristiriita suuntautuu työstä perheeseen. Sen sijaan perheestä työhön suuntautuvaa ristiriitaa kokeva isä kuormittuu psyykkisesti, vaikka hän tuntisi saavansa puolisoltaan riittävästi tukea. Sosiaalisen tuen puskurointivaikutusta koskevat tulokset olivat siis erilaisia riippuen siitä, tarkastelinko työn ja perheen ristiriidan tyyppisiä eri malleissa vai samassa mallissa.

Kolmannen mallin poikkeava tulos voi johtua analyysimuuttujien välillä olevista monimutkaisista yhteyksistä, joita en tässä tutkimuksessa käyttämälläni menetelmällä saanut näkyviin. Näistä yhteyksistä kertoo esimerkiksi se, että ristiriidan tyypit korreloivat keskenään, joskin maltillisesti ( $r=.29$ ). Toinen huomionarvoinen seikka on se, että interaktiotermin lisääminen nosti selitysasetta huomattavasti enemmän ensimmäisessä kuin toisessa mallissa. Juuri siksi, että työstä perheeseen ja perheestä työhön suuntautuvan ristiriidan väliltä löydetään yleensä positiivinen yhteys (Mesmer-Magnus & Viswesvaran 2005), katsoin tärkeäksi analysoida ristiriidan tyyppisiä sekä erikseen että samassa mallissa. Kolmas malli osoittaa, etteivät tarkastelemieni muuttujien väliset yhteydet ole niin yksiselitteisiä, kuin kaksi ensimmäistä mallia antavat ymmärtää. Tämän tutkimuksen puitteissa en kuitenkaan päässyt syventymään siihen, millaisia nämä yhteydet tarkalleen ovat ja millä tavoin ne selittävät kolmannen mallini tuloksia. Palaan analyysini rajoituksiin hiukan myöhemmin.

### 9.3 Muut johtopäätökset

Edellä olen esitellyt tutkimukseni päätulokset. Niiden lisäksi tutkimukseni tuo tietoa isien psyykkisen kuormittuneisuuden ja työn ja perheen ristiriidan yleisyydestä. Tulokset valottavat myös muita isien psyykkiseen kuormittuneisuuteen vaikuttavia tekijöitä ja tuovat esiin lisähuomioita puolison tuen ja tutkimukseni

päämuuttujien välisistä yhteyksistä. Tulosteni mukaan vähintään kymmenesosa suomalaisista pienten lasten isistä vaikuttaa psyykkisesti kuormittuneilta (ks. alaluku 8.1). Vaikka en käyttänytkaan tutkimuksessani tiettyä psyykkisen kuormittuneisuuden rajaa, kuormittuneisuuden jakautuminen aineistossa vastaa aiemmissa tutkimuksissa tehtyjä havaintoja. Kansainvälisten tutkimusten mukaan noin joka kymmenes pienen lapsen isä kärsii masennuksesta ja psyykkisestä kuormittuneisuudesta (Giallo ym. 2012; Paulson & Bazemore 2010). Suomalaistutkimuksessa taas viidenneksellä isistä havaittiin olevan jonkin verran tai paljon masennusoireita ja pienen osan kärsivän tätä vakavammista oireista (Luoma ym. 2013).

On hyvin myönteinen havainto, että valtaosa tutkituista isistä arvioi saaneensa puolisoltaan riittävästi tukea vanhemmuuteensa. Vaikka tarkastelinkin sosiaalista tukea puskurointimallin näkökulmasta, puolison tuella oli lisäksi myös suora negatiivinen yhteys isän psyykkiseen kuormittuneisuuteen. Puolisoltaan riittävästi tukea saavat isät olivat vähemmän kuormittuneita kuin isät, jotka eivät saaneet puolisoltaan riittävästi tukea. Puolison tuen hyvinvointia edistävä vaikutus ei siis rajoitu ainoastaan stressaaviin tilanteisiin, vaan se heijastuu sosiaalisen tuen päävaikutusmallin mukaisesti isän hyvinvointiin myös suoraan (Cohen & Wills 1985).

Tulosteni mukaan työn ja perheen ristiriidan kokeminen on työssäkäyvien pienten lasten isien keskuudessa yleistä. Sama havainto on tehty muissakin suomalaistutkimuksissa (esim. Paajanen 2006; Salmi & Lammi-Taskula 2014a). Merkille pantavaa on, että isät raportoivat huomattavasti enemmän ristiriitaa työstä perheeseen kuin perheestä työhön. Myös lukuisissa aiemmissa tutkimuksissa on havaittu, että niin miehillä kuin naisillakin työ heijastuu helpommin perheeseen kuin perhe työhön (Bellavia & Frone 2005; Frone ym. 1992a; Rantanen & Kinnunen 2005; Sutela & Lehto 2014, 171–173). Havainnolle on haettu selityksiä työn ja perheen rajapintojen erilaisesta läpäisevyydestä (Frone ym. 1992a) sekä vallitsevasta työkuormituksesta (Rantanen & Kinnunen 2005, 235) (ks. myös alaluku 3.1). Kuten jo mainitsin, työstä perheeseen ja perheestä työhön suuntautuvan ristiriidan väliltä löytyi tässä tutkimuksessa positiivinen yhteys<sup>6</sup>. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että mitä enemmän isä kokee ristiriitaa työstä perheeseen, sitä enemmän hän kokee myös ristiriitaa perheestä työhön.

Työn ja perheen ristiriidan lisäksi myös isän nuori ikä ja perheessä asuvien lasten lukumäärä ennustivat psyykkistä kuormittuneisuutta. Myös aiemmissa tutkimuksissa lasten lukumäärän on nähty lisäävän vanhemmuuden vaatimuksia ja kokemusta jatkuvasta kiireestä (Michel ym. 2010; Miettinen & Rotkirch 2012, 29–30; Rantanen & Kinnunen 2005). Koska vanhemmilla isillä oli enemmän lapsia, heidän olisi voinut ajatella olevan kuormittuneempia kuin nuorten isien. Nuori ikä saattaa kuitenkin selittää psyykkistä kuormittuneisuutta siksi,

---

<sup>6</sup>Korrelaatio oli hiukan pienempi kuin aihetta koskevissa tutkimuksissa keskimäärin (ks. Mesmer-Magnus & Viswesvaran 2005).



että nuorista isistä moni oli vasta saanut esikoisensa. Nämä ovat suuremmassa siirtymävaiheessa elämässään kuin jo toisen tai kolmannen lapsensa saaneet isät. Nuorten isien on esimerkiksi havaittu huolehtivan lapsen hoitoon, tarpeisiin ja kasvatukseen liittyvistä asioista vanhempia isiä enemmän (Paajanen 2006, 61).

Toisin kuin odotin, muut tutkimuksessa huomioimani taustatekijät, kuten isän sosioekonominen asema, ansiotyötunnit viikossa, työaika ja puolison kokopäivätyö, eivät ennustaneet tilastollisesti merkitsevästi isien psyykkistä kuormittuneisuutta. Myös nämä havainnot ovat mielenkiintoisia, sillä Suomessa sosioekonomisten ryhmien väliset terveyserot on havaittu varsin suuriksi (TEROKA 2007) ja epätyypilliseen työaikaan, etenkin vuorotyöhön, on havaittu liittyvän monia terveysriskejä (Miettinen 2008). Tulosteni mukaan nämä tekijät eivät kuitenkaan näyttäisi selittävän eroja pienten lasten isien psyykkisessä kuormittuneisuudessa. Toisaalta voi myös olla, että esimerkiksi ansiotyötunnit ovat kyllä yhteydessä psyykkiseen kuormittuneisuuteen, mutta eivät lineaarisesti: kuormittuneimpia voivat olla esimerkiksi vähiten ja eniten työtunteja tekevät isät.

#### 9.4 Tutkimuksen luotettavuus ja rajoitteet

Tärkeä osa tutkimusta on tarkastella sen luotettavuutta ja rajoitteita. Osa tämän tutkielman rajoitteista liittyy aiheen rajaukseen ja näkökulman valintaan, kun taas osa johtuu tutkimusotteesta, aineistonkeruumenetelmästä, käytetystä aineistosta, analyysimenetelmästä sekä tutkimuksen mittareista. Tutkimus antaa kohteestaan aina vajavaisen kuvan, eikä yksikään tutkimus tai aineisto pysty kattamaan tutkittavan ilmiön kaikkia rakenteita ja prosesseja. Mallit ja mittarit yksinkertaistavat informaatiota, ja teoreettinen viitekehys ja valitut näkökulmat määrittävät sitä, mitä puolia ilmiöistä nähdään, mitä pidetään tärkeänä ja miten havaintoja tulkitaan. (Alkula, Pöntinen & Ylöstalo 1994, 20; Metsämuuronen 2003, 20–21.) Aloitan tämän luvun tarkastelemalla tutkimuksen mittareita ja luotettavuutta ja esittelen sitten lyhyesti kyselytutkimusten vahvuuksia ja rajoitteita. Tämän jälkeen siirryn pohtimaan tutkimustulosteni yleistettävyyttä ja selvitän, millaiset vastaajat ovat vastanneet kyselyyn ja ketkä taas ovat kenties jättäneet vastaamatta. Kuvaan myös aineistoani ja analyysiani koskevia rajoitteita sekä kvantitatiivisen tutkimuksen mahdollisuuksia ja rajoja. Lopuksi käsittelen joitakin tutkielmani näkökulmaan liittyviä rajoituksia ja esitän jatkotutkimuskysymyksiä.

##### *Tutkimuksen mittarit ja luotettavuus*

Tässä tutkimuksessa käytetyt käsitteet, kuten psyykkinen kuormittuneisuus ja työn ja perheen ristiriita, on operationalisoitu eli muutettu mitattavaan muotoon. Käsitteiden operationalisoinnin onnistuminen on tärkeää, sillä se määrittää mittareiden luotettavuutta. Mittareiden luotettavuudesta taas riippuu edelleen koko tutkimuksen luotettavuus, jonka tarkasteleminen on keskeinen osa tutkimusta. (Metsämuuronen 2003, 22–23,

43.) Tutkimuksen luotettavuutta arvioidaan **reliabiliteetin** ja **validiteetin** avulla. Yksinkertaistaen validiteetti kertoo siitä, kuinka yleistettävä tutkimus on ja kuinka hyvin tutkimuksessa on onnistuttu mittaamaan sitä, mitä on ollut tarkoitus mitata. Ulkoinen validiteetti kuvaa tutkimuksen yleistettävyyttä, kun taas sisäinen validiteetti sisältää useampia validiteetin lajeja. Tutkittaessa esimerkiksi niin kutsuttua sisällön validiteettia pyritään vastaamaan siihen, onko mittarin ja tutkimuksen käsitteet operationalisoitu oikein ja sopivatko ne käytettyyn teoriaan. Reliabiliteetti taas viittaa tutkimuksen toistettavuuteen. Korkeasta reliabiliteetista kertoo esimerkiksi se, että samat tutkittavat saavat samalla mittarilla samanlaisia tuloksia eri mittauskerroilla. Reliabiliteettia voidaan mitata myös arvioimalla mittarin sisäistä yhtenäisyyttä eli sitä, mittaavatko sen kaikki osiot todella samaa asiaa. (Emt., 42–45.)

Tässä tutkimuksessa testasin mittareiden sisäistä yhtenäisyyttä ennen summamuuttujien muodostamista Cronbachin alfan avulla, jonka arvo oli jokaisella testikerralla korkea. Tutkimuseni vahvuutena on, että käytetyt psyykkisen kuormittuneisuuden ja työn ja perheen ristiriidan mittarit ovat vakiintuneita työkaluja, joita on hyödynnetty useissa aiemmissa tutkimuksissa. Myös niiden reliabiliteettia ja validiteettia on tutkittu ja kuvattu. (Berwick ym. 1991; Carlson ym. 2000; Stewart ym. 1988; Strand ym. 2003; Ware & Sherbourne 1992.) Viisiosainen MHI-5-mielenterveysindeksi sisältyi kokonaisuudessaan CHILDCARE-kyselyyn, mutta Carlsonin ja tutkimusryhmän (2000) kehittämän työn ja perheen ristiriidan mittarin väittämistä käytettiin vain osaa. Voi olla, että tulokset olisivat olleet erilaisia, jos työn ja perheen ristiriitaa olisi mitattu 18 väittämällä kahdeksan sijaan.

### *Kyselytutkimuksen vahvuudet ja rajoitukset*

Aineistonkeruumenetelmä määrittää sitä, millaista tietoa tutkimuksessa on mahdollista saada. Kyselytutkimukset ovat erittäin hyödyllisiä silloin, kun tavoitteena on kerätä taloudellisesti ja tehokkaasti tietoa monien ihmisten mielipiteistä, asenteista tai toiminnasta. Kuten kaikkiin aineistonkeruumenetelmiin, niihin liittyy kuitenkin myös omat haasteensa. (Alkula ym. 1994, 119–121.) Kenties eräs keskeisimmistä heikkouksista on, että kyselytutkimusten vastausprosentti jää usein matalaksi (Valli 2001, 31). Toinen yleinen kritiikin kohde on se, että tutkijan muotoilemat kysymykset ja vastausvaihtoehdot heijastavat tutkijan käsityksiä siitä, mikä tutkittavassa asiassa on tärkeää ja millaisena se tutkittaville näyttäytyy (Alkula ym. 1994, 119–121). Sen sijaan näkyviin ei yleensä saada sellaisia puolia tutkittavasta ilmiöstä, joita tutkija ei ole huomannut kysyä (Sapsford 2011, 6). Useimmiten vastaaja ei myöskään saa mahdollisuutta tarkentaa vastauksiaan tai kertoa kokemuksistaan omin sanoin (Nardi 2014, 78). Näistä seikoista johtuen kyselytutkimusten tuottamaa tietoa kritisoidaan usein pinnallisena (Alkula ym. 1994, 121).

Haaste tulosten luotettavuudelle voi olla se, että tutkittavat valitsevat kyselylomakkeessa vaihtoehdon silloinkin,

kun heillä ei todellisuudessa ole kokemusta tai mielipidettä asiasta (Alkula ym. 1994, 121; Nardi 2014, 79). Vastauksiin vaikuttaa lisäksi kysymysten muotoilu ja aiheesta riippuen myös sosiaalinen suotavuus. Jälkimmäinen tarkoittaa sitä, että tutkittavat vastaavat siten kuin on kulttuurisesti hyväksyttävää. (Nardi 2014, 81–82.) Voi esimerkiksi olla kulttuurisesti hyväksyttävämpää kokea ristiriitaa työstä perheeseen kuin perheestä työhön. Saattaa myös olla, että tutkittavilla on erilaisia vastaustaipumuksia tai että he ymmärtävät kysymykset eri tavoin. Esimerkiksi epämääraisten aikamääreiden sekä vastausvaihtoehtojen tulkitseminen voi olla ongelmallista. (ks. tarkemmin Bellavia & Frone 2005, 135.) Joskus kyselyn toteutustapa voi rajata vastaajia. Esimerkiksi tietokoneen välityksellä toteutettuihin sähköisiin kyselyihin vastaavat ne, joilla on hallussaan tarvittavat välineet ja tekniset taidot vastaamiseen (Nardi 2014, 73). CHILDCARE-kysely toteutettiin sähköisesti viimeistä muistutuskierrosta lukuun ottamatta, jolloin vanhemmille lähetettiin paperilomakkeet. Lopuksi on syytä todeta, että kuten kaikessa tutkimuksessa, myös kyselytutkimusten suunnittelussa ja toteutuksessa on huolehdittava tarkoin tutkimuksen eettisyydestä. Käsittelin tutkimusetiikkaa tiiviisti alaluvussa 7.1 (ks. sivu 33).

### *Otoksen edustavuus ja tulosten yleistettävyys*

CHILDCARE-kyselytutkimuskutsun saaneista vanhemmista alle 20 prosenttia vastasi kyselyyn. Isien vastausprosentti oli vain 12 prosenttia. Tämä tarkoittaa sitä, että vain hiukan yli joka kymmenes tutkimuskutsun saanut isä vastasi kyselyyn. Onkin erittäin tärkeää pohtia, keitä ovat kyselyyn vastanneet isät ja miten he edustavat kaikkia suomalaisia yksivuotiaiden lasten isiä. CHILDCARE-kyselytutkimuksen otannassa pyrittiin huomioimaan eri puolilla Suomea ja erilaisilla alueilla asuvien lasten vanhemmat, mutta otosta ei kuitenkaan poimittu satunnaisesti perusjoukosta (ks. alaluku 7.1; Hietämäki ym. 2017.) Seuraavaksi vertailen CHILDCARE-kyselyyn vastanneita isiä ja tässä tutkimuksessa tarkasteltuja isiä tilastoihin selvittääkseni, kuinka yleistettäviä tutkimukseni tulokset ovat. Pienten lasten isiä tai ylipäätään isiä kuvaavia tilastoja löytyy kuitenkin varsin vähän. Siksi vertaan tutkittujen isien ominaisuuksia osaksi myös suomalaisia miespalkansaajia koskeviin tietoihin.

Tutkimuskutsun saaneet isät vastasivat kyselyyn suunnilleen yhtä aktiivisesti pienissä ja suurissa kunnissa. Kuntien kokoeroista johtuen kyselyyn vastanneista isistä lähes puolet oli helsinkiläislasten isiä ja yli kaksi viidennestä muissa suurissa tutkimuskunnissa asuvien lasten isiä. (Hietämäki ym. 2017, 29.) Tässä tutkimuksessa tarkastelemieni isien keski-ikä oli noin 35 vuotta, mikä on muutaman vuoden korkeampi kuin ensi-isien keskimääräinen ikä Suomessa (Tilastokeskus 2016a). Lähes puolella tutkituista isistä oli perheessään kuitenkin jo useampi kuin yksi lapsi, mikä selittää ikäjakaumaa. Keskimääräinen lapsiluku tutkittujen isien perheissä oli 1,68 lasta, mikä on hiukan vähemmän kuin suomalaisissa lapsiperheissä keskimäärin (SVT 2017a). Suomessa yksivuotiaista vauvoista noin 90 prosenttia asuu kummankin vanhempansa kanssa (SVT 2015b). Kyselyyn vastanneista isistä kuitenkin peräti 98 prosenttia ilmoitti vanhempien asuvan yhdessä ja lapsen asuvan

vanhempien kanssa (Hietamäki ym. 2017).

Kyselyyn vastanneista isistä yhdeksällä kymmenestä oli voimassa oleva työsuhde (Hietamäki ym. 2017), mikä vastaa pienten lasten isien työllisyysastetta Suomessa (SVT 2014a). Valtaosa vastanneista isistä teki kokopäivätyötä, kuten pienten lasten isillä on Suomessa tapana (Salmi & Lammi-Taskula 2014b, 30–31; SVT 2014b). Pienten lasten isien selvästi yleisin työaikamuoto on säännöllinen päivätyö (Miettinen & Rotkirch 2012, 49), ja myös tutkimistani isistä kolme neljänestä teki säännöllistä päivätyötä. He työskentelivät keskimäärin 40 tuntia viikossa eli hiukan enemmän kuin pienten lasten isät yleensä (SVT 2014b). Tutkitut isät olivat korkeammin koulutettuja kuin suomalaiset miespalkansaajat keskimäärin, ja myös heidän sosioekonominen asemansa oli korkeampi. Joka toisella kyselyyn vastanneesta isästä oli yliopisto- tai korkeakoulututkinto ja lähes joka neljännellä opistoasteen tutkinto tai ammattikorkeakoulututkinto<sup>7</sup> (Hietamäki ym. 2017). Melkein puolet tutkimistani isistä työskenteli ylempinä toimihenkilöinä, joita on suomalaisissa miespalkansaajissa vain kolmannes (Tilastokeskus 2016b, 40). Tässä yhteydessä on haastavaa tehdä täydellistä vertailua perusjoukon ja vastaajien välillä, sillä vastaavia tilastoja ei löydy yksivuotiaiden lasten isistä. Tämän vertailun johtopäätöksenä kuitenkin on, että tutkimani isät vastaavat ominaisuuksiltaan monin tavoin perusjoukon jäseniä. He ovat kuitenkin suomalaisia miespalkansaajia korkeammin koulutettuja, ja myös heidän sosioekonominen asemansa on korkeampi.

Puuttuvia vastauksia oli käyttämieni kyselynosien osalta vähän, joten ne eivät todennäköisesti ole merkittävä huolenaihe tulosten luotettavuuden ja yleistettävyyden kannalta (ks. sivut 35–37). Sen sijaan erityishuomiota on kiinnitettävä siihen, ovatko vastaamatta jättäneet isät valikoituneet satunnaisesti vai ovatko he jollakin tapaa yhtenäinen ryhmä (Valli 2001, 32). Esimerkiksi kiireisimmät isät ovat voineet jättää vastaamatta tutkimukseen, samoin kuin ne isät, jotka eivät ole kovin sitoutuneita huolehtimaan lapseensa liittyvistä asioista. Ehkä myöskään psyykkisesti kuormittuneimmat tai eniten työn ja perheen ristiriitaa kokevat isät eivät ole jaksaneet vastata pitkään kyselylomakkeeseen. Lisäksi äidit vastasivat isiä huomattavasti useammin kyselyyn (äitien vastausprosentti oli 24 % eli kaksinkertainen). Isät taas ilmoittivat äitejä useammin täyttäneensä kyselyn yhdessä puolisonsa kanssa (14 % kyselyyn vastanneista isistä). (Hietamäki ym. 2017, 26–27.) Myös tämä saattaa heijastua kyselyn tuloksiin, sillä kaikki isät eivät ole vastanneet kyselyyn itsenäisesti, vaan vastauksiin ovat voineet vaikuttaa puolison näkemykset. Kuten näistä huomioista voi nähdä, tutkimuksen luotettavuuden kannalta on tärkeää pohtia monien eri tekijöiden vaikutuksia tuloksiin.

---

<sup>7</sup>Ammatillista koulutusta kysyttiin seuraavalla asteikolla: 1=ei ammatillista koulutusta, 2=amatillinen kurssi, 3=ammattikoulu, 4=amatillinen opisto tai ammattikorkeakoulu ja 5=yliopisto tai korkeakoulututkinto.

Lopuksi tulosten yleistettävyyteen vaikuttavat myös aineiston rajaamisessa tekemäni valinnat. Rajasin aineistoni niihin isiin, jotka tekivät vastaushetkellä ansiotyötä palkansaaajina. Näin ollen analysoimani aineiston ulkopuolelle jäivät paitsi yrittäjät myös esimerkiksi perhevapaalla tai sairauslomalla olevat isät, työttömät isät sekä päätoimisesti opiskelevat isät. Edellä esittämäni vertailun perusteella voidaan siksi sanoa, että tutkimuksen tuloksia on mahdollista yleistää varauksella koskemaan suomalaisia yksivuotiaiden lasten isiä, jotka tekevät ansiotyötä palkansaaajina ja asuvat yhdessä yksivuotiaan lapsensa ja tämän äidin kanssa.

### *Aineiston ja analyysin rajoitukset*

Käyttämäni kyselyaineisto sopi tutkimustehtäväni ratkaisemiseen erittäin hyvin. On kuitenkin tärkeää huomata, että tutkimukseni perustuu poikkileikkausaineistoon, jonka pohjalta on vaikeaa tehdä päätelmiä kausaalisuudesta. Koska poikkileikkausaineisto kerätään yhtenä ajankohtana, se ei useinkaan anna tietoa tapahtumien kulusta tai tutkittujen asioiden järjestyksestä. (Levin 2006.) Tein tutkimuksessani teoreettisen oletuksen yhteyden suunnasta työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden välillä, mikä on yleinen toimintatapa kvantitatiivisessa tutkimuksessa (Jokivuori & Hietala 2007, 42–43; Nummenmaa 2009, 34, 295). Koska kyseessä ei kuitenkaan ole pitkittäisaineisto, työn ja perheen ristiriidan ei voida varmasti sanoa edeltäneen psyykkistä kuormittuneisuutta, kuten tutkimuksessani oletin. Ristiriita ja kuormittuneisuus ovat myös saattaneet ilmetä samanaikaisesti tai kuormittuneisuus on voinut johtaa isän kokemaan ristiriitaa työn ja perheen välillä. (Levin 2006.) Yhteyttä voi lisäksi selittää jokin kolmas tekijä, joka vaikuttaa samaan aikaan sekä työn ja perheen ristiriitaan että psyykkiseen kuormittuneisuuteen. Tällaisia tekijöitä saattavat olla vaikkapa alttius kokea kielteisiä tunteita eri tilanteissa, muutokset elämäntilanteessa tai työssä, ristiriidat puolison kanssa tai lapsen terveysongelmat. Soveltamieni teoreettisten mallien valossa näyttää kuitenkin perustellulta olettaa, että työn ja perheen ristiriita selittää psyykkistä kuormittuneisuutta.

Muodostamani regressiomallit onnistuivat selittämään huomattavan osan psyykkisen kuormittuneisuuden vaihtelusta aineistossa. Mallien selitysasteet vaihtelivat 26 prosentista 33 prosenttiin. Mallit eivät kuitenkaan toimineet parhaalla mahdollisella tavalla, sillä jäännöstermit eivät jakautuneet täysin tasaisesti. Myös valittuun analyysimenetelmään liittyy rajoitteita. Tulokseni eivät esimerkiksi selitä, miksi vain toinen interaktiotermistä jäi tilastollisesti merkitseväksi, kun tarkastelin työn ja perheen ristiriidan tyyppejä samassa mallissa. Analyysia olisikin hyödyllistä laajentaa esimerkiksi polkuanalyysiksi kutsutun monimuuttujamenetelmän avulla. Kyseisellä menetelmällä olisi mahdollista valottaa tarkemmin muuttujien välisiä kausaalisuuksia ja kausaalisuhteiden muodostamia verkostoja (Alkula ym. 1994, 257).

### *Kvantitatiivisen tutkimuksen rajat*

Tutkimuksessani olen pyrkinyt noudattamaan huolellisesti kvantitatiivisen tutkimuksen tekemiseen liittyviä sääntöjä ja konventioita. Kvantitatiiviset ja kvalitatiiviset tutkimusmenetelmät soveltuvat erilaisten tutkimustehtävien ratkaisemiseen ja erilaisten tutkimustavoitteiden saavuttamiseen (Goertz & Mahoney 2012, 3). Valitsemani menetelmät palvelivatkin erittäin hyvin tämän tutkimuksen tarkoitusta ja päämääriä. Koska tutkimukseni sijoittuu kvantitatiiviseen tutkimusperinteeseen, sitä koskevat myös kvantitatiiviselle tutkimukselle tyypilliset vahvuudet ja heikkoudet. Tutkimuksessani olen tarkastellut muuttujia ja niiden välisiä yhteyksiä tilastollisin menetelmin suuressa ja kohtuullisen edustavassa aineistossa. Siksi tutkimukseni on tuottanut tietoa työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden yleisyydestä ja yhteyksistä laajassa mittakaavassa, ja tulosteni voidaan katsoa koskevan monia suomalaisia yksivuotiaiden lasten isiä. Tutkimustavoitteestani ja sen ohjaamista ratkaisuista johtuen en sen sijaan päässyt syvällisesti käsiksi isien arjen kokemuksiin vaikkapa siitä, millaisena työn ja perheen vuorovaikutus ilmenee, miten isät ratkaisevat elämänalueiden välisiä ristiriitoja, millaisia isien jaksamisen ongelmat ovat ja miten nämä ongelmat vaikuttavat isien elämän eri osa-alueisiin ja perheiden sisäiseen dynamiikkaan.

### *Näkökulman rajaukset ja jatkotutkimus*

Lopuksi käsittelen vielä joitakin tutkimukseni muihin rajauksiin liittyviä asioita. Ne perustelevat aineistoni ja analyysini rajoitteiden ohella tarvetta aiheen jatkotutkimukselle. Tässä tutkimuksessa näkökulmani isien psyykkiseen hyvinvointiin oli kielteinen ja ongelmalähtöinen. Onkin syytä muistaa, että monissa tutkimuksissa isyyden ja erityisesti isyyteen sitoutumisen on havaittu vaikuttavan miesten hyvinvointiin myönteisesti (esim. Garfield, Isacco & Bartlo 2010; Plantin, Olukoya & Ny 2011). Myös työn ja perheen vuorovaikutuksella on positiivinen puolensa. Tätä positiivista vuorovaikutusta on viime vuosina tutkittu, käsitteellistetty ja mallinnettu paljon niin Suomessa kuin muuallakin (esim. Carlson, Kacmar, Wayne & Grzywacz 2006; Kinnunen, Feldt, Rantanen & Pulkkinen 2005; McNall, Nicklin & Masuda 2010; Shein & Chen 2011). Suomalaistutkimuksissa on havaittu, että lapsiperheiden vanhempien työ- ja perheroolit tukevat toisiaan monin tavoin (Lammi-Taskula & Salmi 2009, 42; Sutela & Lehto 2014, 172–173), ja myös onnistumisen kokemukset työn ja perheen yhteensovittamisessa ovat yleisiä (Kinnunen ym. 2009, 128–129). Huomionarvoista on, että työn ja perheen myönteisen vuorovaikutuksen on havaittu ennustavan psyykkistä hyvinvointia jopa kielteistä vuorovaikutusta vahvemmin. Tämä tarkoittaa sitä, että lapsiperheiden vanhempien hyvinvointia voi olla mahdollista tukea paitsi vähentämällä työn ja perheen ristiriitaa myös lisäämällä työn ja perheen myönteistä vuorovaikutusta. (Hammer, Cullen, Neal, Sinclair & Shafiro 2005.) Näin ollen myös työn ja perheen myönteisen vuorovaikutuksen yhteyttä isien psyykkiseen hyvinvointiin on perusteltua tarkastella.

Isien psyykkistä hyvinvointia ja kuormittuneisuutta on tärkeää tutkia nykyistä enemmän, sillä isien jaksamisen ongelmat ja masennus ovat saaneet osakseen yhteiskunnallista ja tutkimuksellista huomiota vasta hiljattain, eikä niistä vielä tiedetä riittävän paljon. Tutkimukseni tulosten mukaan voi olla, että muita isiä kuormittuneempia ovat työn ja perheen ristiriitaa kokevien ja heikosti puolisoiltaan tukea saavien isien lisäksi usean lapsen isät sekä nuoret isät. Erityisesti nämä isät saattavat olla tuen tarpeessa, mutta tärkeää olisi selvittää myös muita kuormittuneisuutta ennustavia tekijöitä riskiryhmien tunnistamiseksi. Onkin muistettava, että pienten lasten isien psyykkiseen hyvinvointiin vaikuttavat todennäköisesti hyvin monenlaiset tekijät (esim. Kim & Swain 2007), joista valtaosa jäi tämän tutkimuksen rajauksen ulkopuolelle. Selitin isien psyykkistä kuormittuneisuutta työn ja perheen ristiriidan avulla, mutta tärkeää olisi tutkia myös esimerkiksi elämänmuutosten, fyysisen terveyden, koetun toimeentulon, ystävyssuhteiden tai erilaisten työhön liittyvien tekijöiden yhteyksiä isien psyykkiseen hyvinvointiin.

Totesin lisäksi aiemmin, että puolison masennus voi olla yksi isien masennusoireiden vahvimista selittäjistä (Kim & Swain 2007; Luoma ym. 2013; Paulson & Bazemore 2010). Tässä tutkimuksessa ei ollut mahdollista huomioida puolison masennusoireita isien kuormittuneisuutta selittävänä tekijänä. Voidaan silti pohtia, millaisia tulokset olisivat olleet, jos puolison psyykinen hyvinvointi olisi otettu analyysissa huomioon. Eräs jatkotutkimuksen arvoinen kysymys olisi esimerkiksi se, voisivatko puolison tuki ja puolison psyykinen kuormittuneisuus olla yhteydessä toisiinsa siten, että masentuneet puoliset eivät pysty tarjoamaan isille riittävästi tukea. Jatkossa voisi olla myös hyödyllistä tutkia perheen toimintaa ja hyvinvointia kokonaisuutena sen sijaan, että tarkasteltaisiin vain yhden perheenjäsenen kokemuksia. Tämä on tärkeää esimerkiksi siksi, että myös puolison kokema työn ja perheen ristiriita saattaa paitsi heikentää isän psyykkistä hyvinvointia myös lisätä isän kokemaa ristiriitaa (Hammer, Allen & Grigsby 1997; Rantanen & Kinnunen 2005, 256–259).

Isien psyykkistä hyvinvointia tulisi lisäksi selvittää myöhemmissä perhevaiheissa, jolloin isiä saattavat lisääntyvässä määrin alkaa kuormittaa huolenpitovastuut omista ikääntyvistä vanhemmista (esim. Lammi-Taskula ym. 2009, 16). Olisi myös kiinnostavaa tietää, kokevatko isät saman verran työn ja perheen ristiriitaa lasten kasvaessa ja pysyykö ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden välinen yhteys muuttumattomana. Lisäksi voitaisiin selvittää, säilyykö puolison tuen merkitys isien hyvinvoinnille samanlaisena lasten iästä riippumatta. Näihin kysymyksiin voidaan saada vastauksia parin vuoden sisällä, kun ensimmäiseen CHILDCARE-kyselyyn vastanneet vanhemmat saavat uuden tutkimuskutsun vuonna 2018. Myös kvalitatiivinen tutkimus tai tutkimustraditioiden yhdisteleminen voivat auttaa syventämään tässä tutkimuksessa tuotettua tietoa (Goertz & Mahoney 2012).

Näiden lisäksi jatkotutkimusta vaatii kysymys siitä, suojaako puolison tuki isien hyvinvointia myös muiden stressitekijöiden kielteisiltä seurauksilta. Tällaisia stressitekijöitä voivat olla esimerkiksi muihin ihmissuhteisiin liittyvät ongelmat, läheisen menetys tai työttömyys (Cobb 1976). Tässä tutkimuksessa tarkastelin ainoastaan puolison tukea, mutta on mahdollista, että myös ystäviltä, sisaruksilta ja lasten isovanhemmilta saatu tuki toimii samalla tavalla. Nämäkin epäviralliset tukiverkostot on havaittu pienten lasten isille erittäin tärkeiksi (Lähteenmäki & Neitola 2014). Samoin työyhteisön tuella voi olla merkitystä sekä työn ja perheen vuorovaikutuksen että isien psyykkisen hyvinvoinnin kannalta (esim. Allard, Haas & Hwang 2011). Kun näitä ja muita isien tukiverkostoja tutkitaan nykyistä enemmän, isien hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä ja tuen tarpeita on mahdollista ymmärtää aiempaa paremmin.

## 10. LOPUKSI

Tutkimukseni täydentää suomalaista isyyden, työn ja perheen vuorovaikutuksen ja hyvinvoinnin tutkimusta tuomalla esiin, millä tavoin yksivuotiaiden lasten isien työn ja perheen ristiriita heijastuu isien psyykkiseen hyvinvointiin. Aiemmissa suomalaistutkimuksissa pienten lasten isiltä on kysytty työn ja perheen suhteesta ja yhteensovittamisesta (esim. Paajanen 2006; Salmi & Lammi-Taskula 2014a), isän masennuksesta ja jaksamisesta (esim. Jämsä 2010a; Luoma ym. 2013) sekä isän tukiverkostoista (esim. Lähteenmäki & Neitola 2014). Tällaiset tutkimukset ovat kuitenkin olleet varsin vähäisiä, eikä kaikkia näitä tekijöitä ole käsitykseni mukaan ennen käsitelty samassa tutkimuksessa. Silloinkin, kun tarkastelunkohteena ovat olleet työn ja perheen ristiriidan ja hyvinvoinnin yhteydet, tutkittavina ovat useimmiten olleet mies- ja naispalkansaajat eivätkä erityisesti lapsiperheiden vanhemmat (esim. Kinnunen & Mauno 1998; Ojanen 2017; Väänänen ym. 2005). Niissä harvoissa tutkimuksissa, joissa isät on eroteltu muista miehistä, tarkastelua ei ole rajattu tiettyyn perhevaiheeseen (esim. Chandola ym. 2004). Siksi tätä aiemmin ei ole tiedetty siitä, millaisena työn ja perheen ristiriidan ja psyykkisen kuormittuneisuuden välinen yhteys näyttäytyy juuri yksivuotiaiden lasten isillä Suomessa. Valtaosa suomalaisesta isyystudkimuksesta on ollut laadullista (Mykkänen & Aalto 2010, 10), ja myös tästä syystä yhteyksien tarkastelu on jäänyt vähäiseksi.

Edellä mainituista syistä johtuen tämän tutkimuksen tulokset tuovat ainutlaatuista ja yleistettävissä olevaa tietoa yksivuotiaiden lasten isistä Suomessa. Ne kertovat siitä, että näiden isien työn ja perheen ristiriita on huomattava riski heidän psyykkiselle hyvinvoinnilleen. Vaikka suomalainen isyystudkimus onkin lisääntynyt viime vuosikymmeninä merkittävästi, edelleen tutkitaan vain harvoin sitä, mitkä tekijät vaikuttavat pienten lasten isien hyvinvointiin. Siksi tämä tutkielma paikkaa aiemman tutkimuksen aukkoja esittämällä tärkeitä huomioita isien



psykkisestä kuormittuneisuudesta. Erityiseksi tutkimukseni panoksen tekee myös se, että olen tarkastellut aihetta isän ja hänen perheensä hyvinvoinnin kannalta kriittisessä perhevaiheessa, johon isillä saattaa liittyä erityisen suuri masennusriski ja sosiaalisen tuen tarve (Davé ym. 2010; Viljamaa 2003). Huoli isien hyvinvoinnista on tutkimukseni mukaan aiheellinen. Vaikka suurin osa isistä näyttääkin voivan psyykkisesti hyvin, osa kärsii usein tai jatkuvasti erilaisista mielialaoireista. Nämä oireet voivat heijastua kielteisesti paitsi isien jaksamiseen myös isien vuorovaikutukseen lastensa ja puolisonsa kanssa (Kim & Swain 2007, 39; Ramchandani & Psychogiou 2009). Tämä havainto korostaa isien psyykkisen hyvinvoinnin tutkimisen yksilöllistä ja yhteiskunnallista merkitystä.

Tutkimukseni tuo uutta tietoa myös puolison tuen merkityksestä isien hyvinvoinnille. Aiempien tutkimusten perusteella tiedetään, että puoliso on pienten lasten isille arvokas tuen lähde (Kalliomaa 2010, 104). Tulokseni kuitenkin laajentavat merkittävästi olemassa olevaa ymmärrystä tästä tärkeästä aiheesta. Tämän tutkimuksen mukaan riittävän tuen saaminen puolisolta suojaa työn ja perheen ristiriitaa kokevia isiä psyykkiseltä kuormittumiselta. Lisäksi puolison tuki on isille hyödyllistä muissakin kuin stressaavissa tilanteissa, sillä se edistää isien psyykkistä hyvinvointia myös suoraan. Voi hyvin olla, että myös pienten lasten äidit hyötyvät vastaavalla tavalla puolisoltaan saamastaan riittävästä tuesta kuin isät. Jotkin aiemmat tutkimukset viittaavatkin tähän suuntaan (esim. Negron, Martin, Almog, Balbierz & Howell 2013). Lapsiperheiden vanhempia voitaisiin kenties auttaa tunnistamaan parisuhteen keskinäisen tuen merkitys ja tukemaan toisiaan riittävästi ja vastavuoroisesti. Tämä on erittäin tärkeää myös siksi, että sosiaalinen tuki heijastuu vanhempien tapoihin toimia lastensa kanssa ja vaikuttaa näin myös lasten hyvinvointiin ja kehitykseen (Taylor ym. 2015; Thompson ym. 2006), kuten tutkielmani johdannossa toin esiin.

Tutkimukseni tuloksilla on annettavaa moniin ajankohtaisiin yhteiskunnallisiin keskusteluihin, jotka ovat myös poliittisesti tärkeitä. Näihin kuuluvat laajat keskustelut työn ja perheen yhteensovittamisesta, lapsiperheiden hyvinvoinnista sekä muuttuneesta isyydestä. Esimerkiksi Helsingin Sanomissa nämä aiheet ovat olleet viime vuosina jatkuvasti esillä (esim. Laitinen 2015; Nykänen 2015; Ubaud 2015; Vihavainen 2017; Vuorio 2017b). Työn ja perheen yhteensovittamisesta on kuitenkin kirjoitettu lehdessä jo 2000-luvun alussa, jolloin yhteensovittamisen todettiin olevan ”yhä” vaikeaa (Hölttä 2002). Tämä viestii siitä, että näiden kahden elämänalueen välistä suhdetta on pidetty ongelmallisena jo varsin pitkään. Tutkimukseni koskettamien aiheiden tärkeydestä kertoo lisäksi se, että lapsiperheiden hyvinvointia ja työn ja perheen yhteensovittamista edistetään aktiivisesti hanke- ja järjestötoiminnassa (SOS-Lapsikylä; Väestöliitto ry 2017). Kuten olen aiemmin tuonut esiin, nämä lapsiperheiden hyvinvoinnin ja työn ja perheen yhteensovittamisen teemat ovat lisäksi olleet jo kauan suomalaisen työ-, perhe- ja tasa-arvopolitiikan ytimessä (Salmi 2004; Turpeinen & Toivanen 2008).

Edellä on käynyt ilmi, että on erittäin tärkeää löytää keinoja lapsiperheiden hyvinvoinnin tukemiseen sekä työn ja perheen myönteisen vuorovaikutuksen lisäämiseen. Vaikka vastuu arjen palapelistä on viime kädessä lapsiperheiden vanhemmilla, myös valtio ja organisaatiot määrittelevät toimillaan ja ratkaisuillaan työn ja perheen yhteensovittamisen mahdollisuuksia (ks. alaluku 2.3). Kun työn ja perheen yhteensovittaminen sujuu ongelmitta, todennäköisesti myös elämänalueiden välinen vuorovaikutus on laadultaan melko myönteistä. Eräs tämän tutkimuksen koskettava tärkeä yhteiskunnallinen aihe ovat lapsiperheiden palvelu- ja tulonsiirtojärjestelmät. Niillä on tärkeä rooli paitsi lapsiperheiden toimeentulon ja arjen järjestämisen kannalta myös työn ja perheen yhteensovittamisessa. Lapsiperheille suunnatuissa palveluissa olisi tärkeää kiinnittää huomiota myös isien hyvinvointiin, jotta se ei jäisi äitien kokemusten varjoon. Organisaatiot taas voivat edistää työn ja perheen myönteistä vuorovaikutusta tukemalla perheystävällisyyttä työpaikkojen käytännöissä, arvoissa, henkilöstöpolitiikassa ja työpaikkakulttuurissa (Piensoho 2007), jotta lapsiperheiden vanhemmilla olisi hyvät ja tasa-arvoiset mahdollisuudet sovittaa yhteen työ- ja perherooliensa vaatimuksia.

Tutkimukseni tuloksista johdetuilla päätelmillä onkin käytännön sovellusarvoa esimerkiksi lapsiperheille suunnatuissa palveluissa ja työpaikoilla. Näillä alueilla isien jaksamiseen, tukiverkostoihin ja työn ja perheen vuorovaikutukseen tulisi tulevana vuosina kiinnittää erityistä huomiota. Perhepolitiikan tueksi tarvitaan ajantasaista tietoa esimerkiksi siitä, miten pienten lasten vanhemmat voivat, millaisia heidän arjessaan kohtaamansa haasteet ovat ja mitkä tekijät heidän hyvinvointiinsa vaikuttavat. Tämän vuoksi sovellettavissa olevan tutkimustiedon tuottaminen pienten lasten vanhempien hyvinvoinnista on välttämätöntä. Tämän tutkimustiedon avulla voidaan kehittää nykyistä toimivampia välineitä lapsiperheiden voimavarojen vahvistamiseen ja työ- ja perhe-elämän yhteensovittamisen tukemiseen. Samalla edesautetaan sitä, että lapsilla on mahdollisuus varttua turvallisessa ja myönteistä kehitystä tukevassa ympäristössä. Koko yhteiskunnan hyvinvoinnin kannalta tärkeänä päämääränä voidaan pitää sitä, että tulevaisuudessa erilaisten lapsiperheiden tuen tarpeisiin olisi mahdollista vastata entistäkin tarkoituksenmukaisemmin ja tasapuolisemmin.

## LÄHTEET

- Aalto, Anna-Mari (2011) Suositus psyykkisen toimintakyvyn mittaamiseksi väestötutkimuksessa. TOIMIA. Verkkojulkaisu: <http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/suositus/11>. Viitattu 13.11.2016.
- Aalto, Anna-Mari; Aro, Seppo; Aro, Arja & Mähönen, Markku (1995) Rand 36-item health survey 1.0. Suomenkielinen versio terveyteen liittyvän elämänlaadun kyselystä. Helsinki: Stakes, Aiheita 2/1995.
- Aalto, Ilana (2004) Perinteisestä uuteen? Isyyden muutoskertomusta purkamassa. Teoksessa Ilana Aalto & Jani Kolehmainen (toim.) Isäkirja. Tampere: Vastapaino, 65–87.
- Abendroth, Anja-Kristin & den Dulk, Laura (2011) Support for the work-life balance in Europe: The impact of state, workplace and family support on work-life balance satisfaction. *Work, employment and society* 25(2) 234–256.
- Adler, Marina & Lenz, Karl (2016a) Introduction. Teoksessa Marina Adler & Karl Lenz (toim.) *Father involvement in the early years*. Bristol: Policy Press, 1–27.
- Adler, Marina & Lenz, Karl (toim.) (2016b) *Father involvement in the early years*. Bristol: Policy Press.
- Adler, Marina; Lenz, Karl & Stöbel-Richter (2016) Germany. Teoksessa Marina Adler & Karl Lenz (toim.) *Father involvement in the early years*. Bristol: Policy Press, 61–96.
- Alkula, Tapani; Pöntinen, Seppo & Ylöstalo, Pekka (1994) Sosiaalitutkimuksen kvantitatiiviset menetelmät. Helsinki: WSOY.
- Allard, Karin; Haas, Linda & Hwang, Philip (2011) Family-supportive organizational culture and fathers' experiences of work–family conflict in Sweden. *Gender, Work and Organization* 18(2), 141–157.
- Allen, Tammy & Armstrong, Jeremy (2006) Further examination of the link between work-family conflict and physical health: The role of health-related behaviors. *American Behavioral Scientist* 49(9), 1204–1221.
- Amstad, Fabienne; Meier, Laurenz; Fasel, Ursula; Elfering, Achim & Semmer, Norbert (2011) A meta-analysis of work–family conflict and various outcomes with a special emphasis on cross-domain versus matching-domain relations. *Journal of Occupational Health Psychology* 16(2), 151–169.
- Ayiro, Laban (2012) *A functional approach to educational research methods and statistics: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Lewiston: Edwin Mellen Press.
- Ayman, Roya & Antani, Amy (2008) Social support and work-family conflict. Teoksessa Karen Korabik, Donna Lero & Denise Whitehead (toim.) *Handbook of Work-Family Integration: Research, theory, and best practices*. Amsterdam: Elsevier, 287–304.
- Barnett, Rosalind (2006) Relationship of the number and distribution of work hours to health and quality-of-life (QOL) outcomes. Teoksessa Pamela Perrewé & Daniel Ganster (toim.) *Employee Health, Coping and Methodologies. Research in Occupational Stress and Well-being*, volume 5. Bingley: Emerald Group Publishing Limited, 99–138.
- Beaupré, Pascale; Dryburgh, Heather and Wendt, Michael (2010) Making fathers "count". *Canadian Social Trends* 90. Catalogue no. 11-008. Statistics Canada.
- Bellavia, Gina & Frone, Michael (2005) Work-family conflict. Teoksessa Michael Frone, Kevin Kelloway & Julian Barling (toim.) *Handbook of Work Stress*. Thousand Oaks: Sage Publications, 113–147.
- Belsky, Jay (1990) Parental and nonparental child care and children's socioemotional development: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family* 52(4), 885–903.
- Berwick, Donald; Murphy, Jane; Goldman, Paula; Ware, John; Barsky, Arthur & Weinstein, Milton (1991) Performance of a five-item mental health screening test. *Medical Care* 29(2), 169–76.
- Bielawska-Batorowicz, Eleonora & Kossakowska-Petrycka, Karolina (2006) Depressive mood in men after the birth of their offspring in relation to a partner's depression, social support, fathers' personality and

- prenatal expectations. *Journal of Reproductive and Infant Psychology* 24(1), 21–29.
- Bronfenbrenner, Urie (1979) *The ecology of human development. Experiments by nature and design*. Cambridge: Harvard University Press.
- Brown, Geoffrey; McBride, Brent; Shin, Nana & Bost, Kelly (2007) Parenting predictors of father-child attachment security: Interactive effects of father involvement and fathering quality. *Fathering* 5(3), 197–219.
- Burke, Ronald & Greenglass, Esther (1999) Work-family conflict, spouse support, and nursing staff well-being during organizational restructuring. *Journal of Occupational Health Psychology* 4(4), 327–336.
- Byron, Kristin (2005) A meta-analytic review of work–family conflict and its antecedents. *Journal of Vocational Behavior* 67(2), 169–198.
- Cabrera, Natasha; Shannon, Jacqueline & Tamis-LeMonda, Catherine (2007) Fathers’ influence on their children’s cognitive and emotional development: From toddlers to pre-k. *Applied Development Science* 11(4), 208–213.
- Carlson, Dawn & Grzywacz, Joseph (2008) Reflections and future directions on measurement in work-family research. Teoksessa Karen Korabik, Donna Lero & Denise Whitehead (toim.) *Handbook of Work-Family Integration: Research, theory, and best practices*. Amsterdam: Elsevier, 57–73.
- Carlson, Dawn; Kacmar, Michele; Wayne, Julie & Grzywacz, Joseph (2006) Measuring the positive side of the work–family interface: Development and validation of a work–family enrichment scale. *Journal of Vocational Behavior* 68(1), 131–164.
- Carlson, Dawn; Kacmar, Michele & Williams, Larry (2000) Construction and initial validation of a multidimensional measure of work–family conflict. *Journal of Vocational Behavior* 56(2), 249–276.
- Carlson, Dawn & Perrewé, Pamela (1999) The role of social support in the stressor-strain relationship: An examination of work-family conflict. *Journal of Management* 25(4), 513–540.
- Castaneda, Anu; Larja, Liisa; Nieminen, Tarja; Jokela, Satu; Suvisaari, Jaana; Rask, Shadia; Koponen, Päivikki & Koskinen, Seppo (2015) *Ulkomaalaistaustaisten psyykkinen hyvinvointi, turvallisuus ja osallisuus. Ulkomaista syntyperää olevien työ ja hyvinvointi -tutkimus 2014 (UTH). Työpaperi 18/2015*. Tampere: Juvenes Print.
- Castrén, Anna-Maija (2007a) Johdanto: Työn ja perheen tasapainon rakentamista jännitteisellä kentällä. Teoksessa Anna Maija Castrén (toim.) *Työn ja perheen tasapaino: sääntelyä, tutkimusta ja kehittämistä*. Helsingin yliopisto. Koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenia. Helsinki: Yliopistopaino, 6–11.
- Castrén, Anna-Maija (2007b) Muuttuvan perheen, vanhemmuuden ja työelämän sidokset. Teoksessa Anna Maija Castrén (toim.) *Työn ja perheen tasapaino: sääntelyä, tutkimusta ja kehittämistä*. Helsingin yliopisto. Koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenia. Helsinki: Yliopistopaino, 117–131.
- Chandola, Tarani; Martikainen, Pekka; Bartley, Mel; Lahelma, Eero; Marmot, Michael; Michikazu, Sekine; Nasermoddeli, Ali & Kagamimori, Sadanobu (2004) Does conflict between home and work explain the effect of multiple roles on mental health? A comparative study of Finland, Japan, and the UK. *International Journal of Epidemiology* 33(4), 884–893.
- Childcare-pitkittäistutkimus. Tieteellisen tutkimuksen rekisteriseloste. Laadittu 20.4.2016. [https://www.jyu.fi/edupsy/fi/tutkimus/tutkimushankkeet/kotisivut/childcare/tietoa-hankkeesta/tieteellisen\\_tutkimuksen\\_rekisteriseloste\\_10052016.pdf](https://www.jyu.fi/edupsy/fi/tutkimus/tutkimushankkeet/kotisivut/childcare/tietoa-hankkeesta/tieteellisen_tutkimuksen_rekisteriseloste_10052016.pdf). Viitattu 28.4.2017.
- Cobb, Sidney (1976) Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine* 38(5), 300–314.
- Cochran, Moncrieff & Niego, Starr (1995) Parenting and social networks. Teoksessa Marc Bornstein (toim.) *Handbook of parenting. Status and social conditions of parenting, Vol. 3*. Mahwah: Lawrence Erlbaum, 393–418.
- Cohen, Sheldon & Syme, Leonard (1985) *Social support and health*. Cambridge: Academic Press.
- Cohen, Sheldon & Wills, Thomas (1985) Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological*

Bulletin 98(2), 310–357.

- Costa, Giovanni; Åkerstedt, Torbjörn; Nachreiner, Friedhelm; Baltieri, Federica; Carvalhais, José; Folkard, Simon; Frings-Dresen, Monique; Gadbois, Charles; Gartner, Johannes; Grzech Sukalo, Hiltraud; Härmä, Mikko; Kandolin, Irja; Sartori, Samantha & Silvério, Jorge (2004) Flexible working hours, health, and well-being in Europe: Some considerations from a SALTSA project. *Chronobiology International* 21(6), 831–844.
- Daly, Kelly; Ashbourne, Lynda & Hawkins, Linda (2008) Work-life issues for Fathers. Teoksessa Karen Korabik, Donna Lero & Denise Whitehead (toim.) *Handbook of Work-Family Integration: Research, theory, and best practices*. Amsterdam: Elsevier, 249–264.
- Daly, Kerry & Palkovitz, Rob (2004) Guest editorial: Reworking work and family issues for fathers. *Fathering* 2(3), 211–213.
- Damaske, Sarah & Gerson, Kathleen (2008) Viewing 21st century motherhood through a work–family lens. Teoksessa Karen Korabik, Donna Lero & Denise Whitehead (toim.) *Handbook of Work-Family Integration: Research, theory, and best practices*. Amsterdam: Elsevier, 233–248.
- Davé, Shreya; Petersen, Irene; Sherr, Lorraine & Nazareth, Irwin (2010) Incidence of maternal and paternal depression in primary care: A cohort study using a primary care database. *Issues in Pediatric and Adolescent Medicine Research and Practice* 164(11), 1038–1044.
- Dawson, Jeremy (2013) Moderation in management research: What, why, when, and how. *Journal of Business and Psychology* 29(1), 1–19.
- Dawson, Jeremy. Interpreting interaction effects. Verkkosivusto. <http://www.jeremydawson.com/slopes.htm>. Viitattu 6.4.2017.
- Dixon, Suzanne; Yogman, Michael; Tronich, Edward; Adamson, Lauren; Als, Heidelise & Brazelton, Berry (1981) Early infant social interaction with parents and strangers. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry* 20(1), 32–52.
- Doherty, William; Kouneski, Edward & Erickson, Martha (1998) Responsible fathering: An overview and conceptual framework. *Journal of Marriage and Family* 60(2), 277–292.
- Don, Brian & Mickelson, Kristin (2012) Paternal postpartum depression: The role of maternal postpartum depression, spousal support, and relationship satisfaction. *Couple and Family Psychology: Research and Practice* 1(4), 323–334.
- Dudley, Michael; Roy, Kay; Kelk, Norman & Bernard, Diana (2001) Psychological correlates of depression in fathers and mothers in the first postnatal year. *Journal of Reproductive and Infant Psychology* 19(3), 187–202.
- Eerola, Petteri & Mykkänen, Johanna (2014) Isyykokemusten jäljillä. Teoksessa Petteri Eerola & Johanna Mykkänen (toim.) *Isän kokemus*. Helsinki: Gaudeamus, 7–18.
- Eckenrode, John & Gore, Susan (1990) Stress between work and family. Teoksessa John Eckenrode & Susan Gore (toim.) *Stress between work and family*. New York: Springer.
- Edwards, Jeffrey & Rothbard, Nancy (2000) Mechanisms linking work and family: Clarifying the relationship between work and family constructs. *The Academy of Management Review* 25(1), 178–199.
- Eräranta, Kirsi & Käsälä, Marja (2007) Tutkimuksen näkökulmia työn ja perheen yhteensovittamiseen. Teoksessa Anna Maija Castrén (toim.) *Työn ja perheen tasapaino: sääntelyä, tutkimusta ja kehittämistä*. Helsingin yliopisto. Koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenia. Helsinki: Yliopistopaino, 57–78.
- Evans, Paul & Bartolomé, Fernando (1984) The changing pictures of the relationship between career and family. *Journal of Occupational Behaviour* 5(1), 9–21.
- Frascarolo, France (2004) Paternal involvement in child caregiving and infant sociability. *Infant Mental Health Journal* 25(6), 509–521.
- Frazier, Patricia; Tix, Andrew & Barron, Kenneth (2004) Testing moderator and mediator effects in counseling

- psychology research. *Journal of Counseling Psychology* 51(1), 115-134.
- Frone, Michael (2003) Work-Family Balance. Teoksessa James Quick & Lois Tetrick (toim.) *Handbook of Occupational Health Psychology*. Washington D. C.: American Psychological Association, 143–162.
- Frone, Michael (2000) Work-family conflict and employee psychiatric disorders: The national comorbidity survey. *Journal of Applied Psychology* 85(6), 888–895.
- Frone, Michael; Russell, Marcia & Barnes, Grace (1996) Work-family conflict, gender, and health-related outcomes: A study of employed parents in two community samples. *Journal of Occupational Health Psychology* 1(1), 57–69.
- Frone, Michael; Russell, Marcia & Cooper, M. Lynne (1994) Relationship between job and family satisfaction: Causal or noncausal covariation? *Journal of Management* 20(3), 565–579.
- Frone, Michael; Russell, Marcia & Cooper, M. Lynne (1992a) Prevalence of work-family conflict: Are work and family boundaries asymmetrically permeable? *Journal of Organizational Behavior* 13(7), 723–729.
- Frone, Michael; Russell, Marcia & Cooper, M. Lynne (1992b) Antecedents and outcomes of work-family conflict: Testing a model of the work-family interface. *Journal of Applied Psychology* 77(1), 65–78.
- Frone, Michael; Yardley, John & Markel, Karen (1997) Developing and testing an integrative model of the work-family interface. *Journal of Vocational Behavior* 50(2), 145–167.
- Fu, Carmen & Shaffer, Margaret (2001) The tug of work and family: Direct and indirect domain-specific determinants of work-family conflict. *Personnel Review* 30(5), 502–522.
- Garfield, Craig; Isacco, Anthony & Bartlo, Wendy (2010) Men's health and fatherhood in the urban Midwestern United States. *International Journal of Men's Health* 9(3), 161–174.
- Ghasemi, Asghar & Zahediasl, Saleh (2012) Normality tests for statistical analysis: A guide for non-statisticians. *International Journal of Endocrinology and Metabolism* 10(2), 486–489.
- Giallo, Rebecca; D'Esposito, Fabrizio; Christensen, Daniel; Mensa, Fiona; Cooklin, Amanda; Wade, Catherine; Lucas, Nina; Canterford, Louise & Nicholson, Jan (2012) Father mental health during the early parenting period: Results of an Australian population based longitudinal study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 47(12), 1907–1916.
- Goertz, Gary & Mahoney, James (2012) A tale of two cultures. *Qualitative and quantitative research in the social sciences*. Princeton: Princeton University Press.
- Goode, William (1960) A theory of role strain. *American Sociological Review* 25(4), 483–496.
- Gottlieb, Benjamin (1985) Social support and community mental health. Teoksessa Sheldon Cohen & Leonard Syme (toim.) *Social support and health*. Cambridge: Academic Press, 303–326.
- Greenhaus, Jeffrey & Beutell, Nicholas (1985) Sources of conflict between work and family roles. *The Academy of Management Review* 10(1), 76–88.
- Grzywacz, Joseph (2000) Work-family spillover and health during midlife: Is managing conflict everything? *American Journal of Health Promotion* 14(4), 236–243.
- Grzywacz, Joseph & Bass, Brenda (2003) Work, family, and mental health: Testing different models of work-family fit. *Journal of Marriage and Family* 65(1), 248–262.
- Halle, Claire; Dowd, Toni; Fowler, Cathrine; Rissel, Karin; Hennessy, Kathy; MacNevin, Regina & Nelson, Marie Ann (2008) Supporting fathers in the transition to parenthood. *Contemporary Nurse* 31(1), 57–70.
- Halme, Nina (2009) Isän ja leikki-ikäisen lapsen yhdessäolo. Yhdessäoloa, isänä toimimiseen liittyvää stressiä ja isän tyytyväisyyttä parisuhteessa kuvaavan rakenneyhtälömallin kehittäminen ja arviointi. Akateeminen väitöskirja. Helsinki: Yliopistopaino, Acta Electronica Universitatis Tamperensis 870.
- Hammer, Leslie; Allen, Elizabeth & Grigsby, Tenora (1997) Work-family conflict in dual-earner couples: Within-individual and crossover effects of work and family. *Journal of Vocational Behavior* 50(2), 185–203.

- Hammer, Leslie; Cullen, Jennifer; Neal, Margaret; Sinclair, Robert & Shafiro, Margarita (2005) The Longitudinal Effects of Work–Family Conflict and Positive Spillover on Depressive Symptoms Among Dual-Earner Couples. *Journal of Occupational Health Psychology* 10(2), 138–154.
- Hansson, Malin & Ahlborg, Tone (2016) Factors contributing to separation/divorce in parents of small children in Sweden. *Nordic Psychology* 68(1), 40–57.
- Hari, Riitta; Järvinen, Jaakko; Lehtonen, Johannes; Lonka, Kirsti; Peräkylä, Anssi, Pyysiäinen, Ilkka; Salenius, Stephan; Sams, Mikko & Ylikoski, Petri (2015) *Ihmisen mieli*. Helsinki: Gaudeamus.
- Hietamäki, Johanna; Kuusiholma, Julia; Räikkönen, Eija; Alasuutari, Maarit; Lammi-Taskula, Johanna; Repo, Katja; Karila, Kirsti; Hautala, Paula; Kuukka, Anu; Paananen, Maiju; Ruutiainen, Ville & Eerola, Petteri (2017) Varhaiskasvatus- ja lastenhoitoratkaisut yksivuotiaiden lasten perheissä. CHILDCARE-kyselytutkimuksen 2016 perustulokset. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 24/2017. Helsinki: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.
- Hill, Jeffrey (2005) Work-Family facilitation and conflict, working fathers and mothers, work-family stressors and support. *Journal of Family Issues* 26(6), 793–819.
- Hoeymans, Nancy; Garssen, Anna; Westert, Gert & Verhaak, Peter (2004) Measuring mental health of the Dutch population: A comparison of the GHQ-12 and the MHI-5. *Health and Quality of Life Outcomes* 2(23).
- Holopainen, Matti & Pulkkinen, Pekka (2008) *Tilastolliset menetelmät*. Helsinki: WSOY.
- House, James (1987) Social support and social structure. *Sociological Forum* 2(1), 135–146.
- House, James & Kahn, Robert (1985) Measures and concepts of social support. Teoksessa Sheldon Cohen & Leonard Syme (toim.) *Social support and health*. Cambridge: Academic Press, 83–108.
- Huttunen, Jouko (2014) Isyyden muutos ja tulevaisuus. Teoksessa Petteri Eerola & Johanna Mykkänen (toim.) *Isän kokemus*. Helsinki: Gaudeamus, 178–196.
- Huttunen, Jouko (2001) *Isänä olemisen uudet suunnat*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hölttä, Kirsi (2002) Työn ja perheen vaatimusten yhteensovittaminen yhä vaikeaa. Artikkelin Helsingin Sanomien Kotimaa-osiossa. Julkaistu 15.4.2002. <https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000004045674.html>. Viitattu 30.11.2017.
- Ishii-Kuntz, Masako (2015) Fatherhood in Asian contexts. Teoksessa Stella Quah (toim.) *Routledge Handbook of Families in Asia*. New York: Routledge, 161–174.
- Jayakody, Rukmalie & Phuong, Pham Thi Thu (2013) Social change and fathering: Change or continuity in Vietnam? *Journal of Family Issues* 34(2) 230–251.
- Jokivuori, Pertti & Hietala, Risto (2007) *Määrällisiä tarinoita. Monimuuttujamenetelmien käyttö ja tulkinta*. Helsinki: WSOY.
- Juhari, Rumaya; Yaacob, Siti Nor & Talib, Mansor Abu (2013) Father involvement among Malay muslims in Malaysia. *Journal of Family Issues* 34(2) 210–229.
- Jämsä, Juha (2010a) Miesten synnytyksen jälkeinen masennus. Teoksessa Juha Jämsä & Susa Kalliomaa (toim.) *Isyyden kielletyt tunteet*. Helsinki: Väestöliitto ry, 60–74.
- Jämsä, Juha (2010b) Tarpeeton ja avuton isä. Teoksessa Juha Jämsä & Susa Kalliomaa (toim.) *Isyyden kielletyt tunteet*. Helsinki: Väestöliitto ry, 112–121.
- Kahn, Robert; Wolfe, Donald; Quinn, Robert; Snoek, Diedrick; Rosenthal, Robert (1964) *Organizational stress: Studies in role conflict and ambiguity*. New York: Wiley.
- Kaikkonen, Risto; Murto, Jukka; Pentala, Oona; Koskela, Timo; Virtala, Esa; Härkänen, Tommi; Koskenniemi, Timo; Ahonen, Juha; Vartiainen, Erkki & Koskinen, Seppo (2015) Alueellisen terveys- ja hyvinvointitutkimuksen perustulokset 2010–2015. Verkkojulkaisu: [www.thl.fi/ath](http://www.thl.fi/ath). Viitattu 12.11.2016.
- Kaikkonen, Risto; Mäki, Päivi; Hakulinen-Viitanen, Tuovi; Markkula, Jaana; Wikström, Katja; Ovaskainen, Marja-



- Leena; Virtanen, Suvi & Laatikainen, Tiina (toim.) (2012) Lasten ja lapsiperheiden terveys- ja hyvinvointierot. Raportti 16/2012. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print.
- Kalliomaa, Susa (2010) Voiko tunteista selvitä hengissä? Teoksessa Juha Jämsä & Susa Kalliomaa (toim.) Isyyden kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto ry, 98–110.
- Kekkonen, Joonas (2010) Isä venyy, isä jaksaa. Teoksessa Juha Jämsä & Susa Kalliomaa (toim.) Isyyden kielletyt tunteet. Helsinki: Väestöliitto ry, 50–58.
- Kekkonen, Marjatta; Rönkä, Anna; Laakso, Marja-Leena; Tammelin, Mia & Malinen, Kaisa (2014) Lapsiperheet 24/7-taloudessa. Teoksessa Johanna Lammi-Taskula & Sakari Karvonen (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2014. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, 52–70.
- Kelloway, E. Kevin; Gottlieb, Benjamin & Barham, Lisa (1999) The source, nature, and direction of work and family conflict: A longitudinal investigation. *Journal of Occupational Health Psychology* 4(4), 337–346.
- Kessler, Ronald & McLeod, Jane (1985) Social support and mental health in community samples. Teoksessa Sheldon Cohen & Leonard Syme (toim.) Social support and health. Cambridge: Academic Press, 219–240.
- Ketokivi, Mikko (2009) Tilastollinen päättely ja tieteellinen argumentointi. Helsinki: Gaudeamus.
- Kim, Pilyoung & Swain, James (2007) Sad dads: Paternal postpartum depression. *Psychiatry* 4(2), 35–47.
- Kinnunen, Ulla; Feldt, Taru; Rantanen, Johanna & Pulkkinen, Lea (2005) Työn ja perheen vuorovaikutus. Menetelmä kielteisen ja myönteisen vuorovaikutuksen tutkimiseen. *Psykologia* 40, 43–52.
- Kinnunen, Ulla; Malinen, Kaisa & Laitinen, Katja (2009) Työn ja perheen yhteensovittaminen: perheiden kokemuksia ja ratkaisuja. Teoksessa Anna Rönkä, Kaisa Malinen & Tiina Lämsä (toim.) Perhe-elämän paletti. Vanhempana ja puolisona vaihtelevassa arjessa. Jyväskylä: PS-kustannus, 125–148.
- Kinnunen, Ulla & Mauno, Saija (2008) Work-family conflict in individuals' lives: prevalence, antecedents, and outcomes. Teoksessa Katharina Näswall, Johnny Hellgren & Magnus Sverke (toim.) The individual in the changing working life. Cambridge: Cambridge University Press, 126–146.
- Kinnunen, Ulla & Mauno, Saija (1998) Antecedents and outcomes of work-family conflict among employed women and men in Finland. *Human Relations* 51(2), 157–177.
- Kivimäki, Riikka (2003) Perhe tuli työelämään. Teoksessa Hannele Forsberg & Ritva Nätkin (toim.) Perhe murroksessa. Kriittisen perhetutkimuksen jäljillä. Helsinki: Gaudeamus, 186–201.
- Kolehmainen, Jani (2004) Osallistuva isä – muuttunut mies? Teoksessa Ilana Aalto & Jani Kolehmainen (toim.) Isäkirja. Tampere: Vastapaino, 89–108.
- Kontula, Osmo (2013) Yhdessä vai erikseen? Tutkimus suomalaisten parisuhteiden vahvuuksista, ristiriidoista ja erojen syistä. Perhebarometri 2013. Väestötutkimuslaitos – Katsauksia E47/2013. Helsinki: Väestöliitto ry.
- Korabik, Karen; McElwain, Allyson & Chappell, Dara (2008) Integrating gender-related issues into research on work and family. Teoksessa Karen Korabik, Donna Lero & Denise Whitehead (toim.) Handbook of Work-Family Integration: Research, theory, and best practices. Amsterdam: Elsevier, 215–232.
- Kotila, Letitia; Schoppe-Sullivan, Sarah; Dush Claire (2013) Time parenting activities in dual-earner families at the transition to parenthood. *Family Relations* 62(5), 795–807.
- Lakey, Brian & Cohen, Sheldon (2000) Social support theory and measurement. Teoksessa Sheldon Cohen, Lynn Underwood & Benjamin Gottlieb (toim.) Measuring and intervening in social support. New York: Oxford University Press, 29–52.
- Laitinen, Jaana (2015) Kun työ jyrää, perhe joustaa. Artikkelin Helsingin Sanomien verkkosivujen Ura-osiossa. Julkaistu 22.2.2015. <http://www.hs.fi/ura/art-2000002802585.html>. Viitattu 30.11.2017.
- Lambert, Susan (1990) Processes linking work and family: A critical review and research agenda. *Human Relations* 43(3), 239–257.



- Lammi-Taskula, Johanna & Salmi, Minna (2014) Isät, työ ja perhe. Teoksessa Petteri Eerola & Johanna Mykkänen (toim.) Isän kokemus. Helsinki: Gaudeamus, 75–90.
- Lammi-Taskula, Johanna & Salmi, Minna (2009) Työ, perhe ja hyvinvointi. Teoksessa Johanna Lammi-Taskula, Sakari Karvonen & Salme Ahlström (toim.) Lapsiperheiden hyvinvointi 2009. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, 38–47.
- Lammi-Taskula, Johanna; Salmi, Minna & Parrukoski, Sanna (2009) Työ, perhe ja tasa-arvo. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Lehto, Anna-Maija & Sutela, Hanna (2008) Työolojen kolme vuosikymmentä. Työolotutkimusten tuloksia 1977–2008. Helsinki: Tilastokeskus.
- Levin, Kate (2006) Study design III: Cross-sectional studies. *Journal of Evidence-Based Dental Practice* 7(1), 24–25.
- Luoma, Ilona; Puura, Kaija; Mäntymaa, Mirjami; Latva, Reija; Salmelin, Raili & Tamminen, Tuula (2013) Fathers' postnatal depressive and anxiety symptoms: An exploration of links with paternal, maternal, infant and family factors. *Nordic Journal of Psychiatry* 67(6), 407–413.
- Lyly-Yrjänäinen, Maija (2013) Työolobarometri – Syksy 2012. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja: Työ ja yrittäjyys 24/2013. Helsinki: Työ- ja elinkeinoministeriö.
- Lähteenmäki, Marko & Neitola, Marita (2014) Isien tukiverkostot vauvaperheissä. Teoksessa Petteri Eerola & Johanna Mykkänen (toim.) Isän kokemus. Helsinki: Gaudeamus, 65–74.
- Macdonald, Kevin & Parke, Ross (1986) Parent–child physical play: The effects of sex and age of children and parents. *Sex Roles* 15(7/8), 367–378.
- McNall, Laurel; Nicklin, Jessica & Masuda, Aline (2010) A meta-analytic review of the consequences associated with work–family enrichment. *Journal of Business and Psychology* 25(3), 381–396.
- Mesmer-Magnus, Jessica & Viswesvaran, Chockalingam (2005) Convergence between measures of work-to-family and family-to-work conflict: A meta-analytic examination. *Journal of Vocational Behavior* 67(2), 215–232.
- Metsäpelto, Riitta-Leena; Rönkä, Anna & Laakso, Marja-Leena (2015) Koululaisten hoitojärjestelyt ja hyvinvointi 24/7-taloudessa. *Yhteiskuntapolitiikka* 80(2015:1), 5–18.
- Metsämuuronen, Jari (2003) Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Helsinki: International Methelp Ky.
- Michel, Jesse; Kotrba, Lindsey; Mitchelson, Jacqueline; Clark, Malissa & Baltes, Boris (2010) Antecedents of work–family conflict: A meta-analytic review. *Journal of Organizational Behavior* 32(5), 689–725.
- Miettinen, Anneli & Rotkirch, Anna (2012) Yhteistä aikaa etsimässä. Lapsiperheiden ajankäyttö 2000-luvulla. Väestötutkimuslaitos – Katsauksia E42/2012. Helsinki: Väestöliitto ry.
- Miettinen, Jaana (2008) Vuorotyö ja terveys. *Työterveyslääkäri* 26(2), 113–116.
- Minitab Inc (2017) What is the standard error of the coefficient? Minitab 17 Support: Regression models. <http://support.minitab.com/en-us/minitab/17/topic-library/modeling-statistics/regression-and-correlation/regression-models/what-is-the-standard-error-of-the-coefficient/>. Viitattu 25.8.2017.
- Mykkänen, Johanna & Aalto, Ilana (2010) Isyyden ihanteet, arki ja kokemukset. Raportti isyyden tutkimuksesta Suomessa. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto.
- Mähönen, Erno (2017) Työolobarometri. Ennakkotiedot 2016. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja 10/2017. Helsinki: Työ- ja elinkeinoministeriö.
- Nardi, Peter (2014) Doing Survey Research. A Guide to Quantitative Methods. Boulder: Paradigm Publishers.
- Negron, Rennie; Martin, Anika; Almog, Meital; Balbierz, Amy & Howell, Elizabeth (2013) Social support during the postpartum period: Mothers' views on needs, expectations, and mobilization of support. *Maternal*

and Child Health Journal 17(4), 616–623.

- Nenonen, Tellervo; Leemann, Lars; Härkänen, Tommi; Tyyni, Ulla; Kaikkonen, Risto; Koskinen, Seppo; Kokko, Riitta-Liisa; Kotiranta, Pirjo-Liisa & Linnanmäki, Eila (2011) Terveys- ja hyvinvointivaikutukset – lähtötason tilanne 2009–2010. Työllisyys, terveys ja hyvinvointi. Paltamon työllistämismallin arviointitutkimus 2009–2013. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Nummenmaa, Lauri (2009) Käyttäytymistieteiden tilastolliset menetelmät. Helsinki: Tammi.
- Nykänen, Meri (2015) Kotona pienet lapset ja töissä suuri vastuu – näin selviydyt yhtälöstä. Artikkelin Helsingin Sanomien verkkosivujen Kotimaa-osiossa. Julkaistu 2.8.2015. <http://www.hs.fi/ura/art-2000002841979.html>. Viitattu 30.11.2017.
- Näswall, Katharina; Hellgren, Johnny & Magnus, Sverke (2008) Introduction. Teoksessa Katharina Näswall, Johnny Hellgren & Magnus Sverke (toim.) The individual in the changing working life. Cambridge: Cambridge University Press, 1–16.
- Ojanen, Miia (2017) Työn ja perheen ristiriidat, sairauspoissaolot ja avioeroriski suomalaisilla palkansaajilla. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Tampere University Press, Acta Universitatis Tamperensis 2249.
- Olson, Deborah & Schultz, Kenneth (1994) Gender differences in the dimensionality of social support. Journal of Applied Social Psychology 24(14), 1221–1232.
- Olstad, Reidun; Sexton, Harold & Sjøgaard, Anne Johanne (2001) The Finnmark study. A prospective population study of the social support buffer hypothesis, specific stressors and mental distress. Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology 36(12), 582–589.
- Paaajanen, Pirjo (2006) Päivisin leiväntuoja, iltaisin hoiva-isä. Alle 3-vuotiaiden esikoislasten isien näkemyksiä ja kokemuksia isyydestä. Perhebarometri 2006. Väestöntutkimuslaitos – Katsauksia E24/2006. Helsinki: Väestöliitto ry.
- Palosuo, Hannele; Koskinen, Seppo; Lahelma, Eero; Prättälä, Ritva; Martelin, Tuija; Ostamo, Aini; Keskimäki, Ilmo; Sihto, Marita; Talala, Kirsi; Hyvönen, Elisa & Linnanmäki, Eila (toim.) Terveiden eriarvoisuus Suomessa. Sosioekonomisten terveyserojen muutokset 1980–2005. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2007:23. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Paulson, James & Bazemore, Sharnail (2010) Prenatal and postpartum depression in fathers and its association with maternal depression. JAMA 303(19), 1969–1969.
- Piensoho, Tuula (2007) Perheystävällinen työpaikka – avaintekijä työn ja perheen yhteensovittamisen onnistumisessa. Teoksessa Anna Maija Castrén (toim.) Työn ja perheen tasapaino: sääntelyä, tutkimusta ja kehittämistä. Helsingin yliopisto. Koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenia. Helsinki: Yliopistopaino, 170–185.
- Plantin, Lars; Olukoya, Adepeju Aderemi & Ny, Pernilla (2011) Positive health outcomes of fathers' involvement in pregnancy and childbirth paternal support: A scope study literature review. Fathering 9(1), 87–102.
- Princeton University Library (2007) Interpreting regression output. Data and Statistical Services: Analysis. [http://dss.princeton.edu/online\\_help/analysis/interpreting\\_regression.htm](http://dss.princeton.edu/online_help/analysis/interpreting_regression.htm). Viitattu 25.8.2017.
- Pyöriä, Pasi (toim.) (2017) Työelämän myytit ja todellisuus. Helsinki: Gaudeamus.
- Pälli, Pekka & Rissanen, Tapio (2006) Työ ja perhe. Teoksessa Mikko Jakonen, Jukka Peltokoski & Akseli Virtanen (toim.) Uuden työn sanakirja. Helsinki: Tutkijaliitto.
- Ranson, Gillian (2012) Men, paid employment and family responsibilities: Conceptualizing the "working father". Gender, work and organization 19(6), 741–761.
- Rantalaiho, Minna (2003) Pohjoismaisen isyyspolitiikan isäkuva. Teoksessa Hannele Forsberg & Ritva Nätkin (toim.) Perhe murroksessa. Kriittisen perhetutkimuksen jäljillä. Helsinki: Gaudeamus, 202–207.
- Rantanen, Johanna & Kinnunen, Ulla (2005) Työn ja perhe-elämän vuorovaikutus. Teoksessa Ulla Kinnunen, Taru Feldt & Saija Mauno (toim.) Työ leipälajina. Työhyvinvoinnin psykologiset perusteet. Jyväskylä: PS-

kustannus, 229–264.

- Repo, Katja & Hietamäki, Johanna (2016) Kyselyllä arvokasta tietoa lapsiperheiden lastenhoitovalinnoista. CHILDCARE-tutkimushankkeen blogi. Julkaistu 4.8.2016. <http://blogs.uta.fi/childcare/2016/08/04/-kyselylla-arvokasta-tietoa-lapsiperheiden-lastenhoitovalinnoista/>. Viitattu 28.4.2017.
- Ramchandani, Paul & Psychogiou, Lamprini (2009) Paternal psychiatric disorders and children's psychosocial development. *The Lancet* 22(374), 646–653.
- Ramchandani, Paul; Stein, Alan; Evans, Jonathan & O'Connor, Thomas (2005) Paternal depression in the postnatal period and child development: A prospective population study. *The Lancet* 365(9478), 2201–2205.
- Rindfleisch, Aric; Malter, Alan; Ganesan, Shankar & Moorman, Christine (2008) Cross-sectional versus longitudinal survey research: Concepts, findings, and guidelines. *Journal of Marketing Research* 45(3), 261–279.
- Ruspini, Elisabetta & Tanturri, Maria Letizia (2016) Italy. Teoksessa Marina Adler & Karl Lenz (toim.) *Father involvement in the early years*. Bristol: Policy Press, 97–126.
- Rönkä, Anna & Kinnunen, Ulla (2009) Kun työstä tulee vieras perheessä. Teoksessa Riitta Jallinoja (toim.) *Vieras perheessä*. Helsinki: Gaudeamus, 83–105.
- Salmi, Minna (2004) Työn ja perheen yhteensovittamisen kentät. Teoksessa Minna Salmi & Johanna Lammi-Taskula (toim.) *Puhelin, mummo vai joustava työaika? Työn ja perheen yhdistämisen arkea*. Helsinki: Stakes, 1–9.
- Salmi, Minna & Lammi-Taskula, Johanna (2014a) Työn ja perheen yhteensovittaminen hyvinvoinnin tekijänä. Teoksessa Johanna Lammi-Taskula & Sakari Karvonen (toim.) *Lapsiperheiden hyvinvointi 2014*. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 38–51.
- Salmi, Minna & Lammi-Taskula, Johanna (2014b) Lapsiperheiden vanhemmat työelämässä. Teoksessa Johanna Lammi-Taskula & Sakari Karvonen (toim.) *Lapsiperheiden hyvinvointi 2014*. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 26–36.
- Salmi, Minna & Lammi-Taskula, Johanna (2011) Joustoa työn vai perheen hyväksi? Teoksessa Petteri Pietikäinen (toim.) *Työstä, jouta ja jaksaa. Työn ja hyvinvoinnin tulevaisuus*. Helsinki: Gaudeamus, 155–167.
- Sapsford, Roger (2011) *Survey Research*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Selvarajan, Rajan; Cloninger, Peggy & Singh, Bartender (2013) Social support and work–family conflict: A test of an indirect effects model. *Journal of Vocational Behavior* 83(3), 486–499.
- Sethna, Vaheshta; Perry, Emily; Domoney, Jill; Iles, Jane; Psychogiou, Lamprini; Rowbotham, Natasha; Stein, Alan; Murray, Lynne & Ramchandani, Paul (2007) Father–child interactions at 3 months and 24 months: Contributions to children's cognitive development at 24 months. *Infant Mental Health Journal* 38(3), 378–390.
- Shein, Jennifer & Chen, Charles (2011) *Work-family enrichment: A research of positive transfer*. Rotterdam: Sense Publishers.
- Sonnentag, Sabine (2012) Psychological detachment from work during leisure time: The benefits of mentally disengaging from work. *Current Directions in Psychological Science* 21(2), 114–118.
- SOS-Lapsikylä. Verkkosivusto. <https://www.sos-lapsikyla.fi/etusivu/>. Viitattu 30.11.2017.
- Sosiaali- ja terveysministeriö (2016) Hallituksen tasa-arvo-ohjelma 2016–2019. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2016:4. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. Lapsiperheiden tuet. Verkkosivusto. <http://stm.fi/toimeentulo/lapsiperheet>. Viitattu 14.10.2017.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. Palvelut perheille. Verkkosivusto. <http://stm.fi/palvelut-perheille>. Viitattu

14.10.2017.

- Spector, Paul; Allen, Tammy; Poelmans, Steven; Lapierre, Laurent; Cooper, Cary; O'Driscoll, Michael; Sanchez, Juan; Abarca, Nureya; Alexandrova, Matilda; Beham, Barbara; Brough, Paula; Ferreira, Pablo; Fraile, Guillermo; Lu, Chang-Quin; Lu, Lou; Moreno-Velazquez, Ivonne; Pagon, Milan; Pitariu, Horea; Salamatov, Volodymyr; Shima, Satoru; Simoni, Alejandra; Siu, Oi Ling; & Widderszal-Bazyl, Maria (2007). Cross-national differences in relationships of work demands, job satisfaction, and turnover intentions with work-family conflict. *Personnel Psychology* 60(4), 805–835.
- Sriram, Rajalakshmi & Sandhu, Gurprit (2013) Fathering to ensure child's success: What urban Indian fathers do? *Journal of Family Issues* 34(2), 161–183.
- Stewart, Anita; Hays, Ron & Ware, John (1988) The MOS short-form general health survey: Reliability and validity in a patient population. *Medical Care* 26(7), 724–735.
- Stolzenberg, Ross (2001) It's about time and gender: Spousal employment and health. *American Journal of Sociology* 107(1), 61–100.
- Strand, Brørn; Dalgard, Odd; Tambs, Kristian & Rognerud, Marit (2003) Measuring the mental health status of the Norwegian population: A comparison of the instruments SCL-25, SCL-10, SCL-5 and MHI-5 (SF-36). *Nordic Journal of Psychiatry* 57(2), 113–118.
- Stropnik, Nada & Humer, Živa (2016) Slovenia. Teoksessa Marina Adler & Karl Lenz (toim.) *Father involvement in the early years*. Bristol: Policy Press, 127–156.
- Suomen virallinen tilasto, SVT (2017a) Perheet. Perheiden määrän kasvu aiempaa hitaampaa. Helsinki: Tilastokeskus. [http://www.stat.fi/til/perh/2016/perh\\_2016\\_2017-05-26\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/perh/2016/perh_2016_2017-05-26_tie_001_fi.html). Viitattu 12.9.2017.
- Suomen virallinen tilasto, SVT (2017b) Työvoimatutkimus. Työllisyys ja työttömyys vuonna 2016. Helsinki: Tilastokeskus. [http://www.stat.fi/til/tyti/2016/13/tyti\\_2016\\_13\\_2017-04-12\\_kat\\_002\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/tyti/2016/13/tyti_2016_13_2017-04-12_kat_002_fi.html). Viitattu 6.9.2017.
- Suomen virallinen tilasto, SVT (2015a): Työvoimatutkimus. Työllisyys ja työttömyys 2014. Liitetaulukko 37. Palkallista ylityötä tutkimusviikolla tehneet palkansaajat sekä ylityötä tehneiden osuus palkansaajista toimialan mukaan vuonna 2014, 15–74-vuotiaat. Helsinki: Tilastokeskus. [https://www.tilastokeskus.fi/til/tyti/2014/13/tyti\\_2014\\_13\\_2015-04-28\\_tau\\_037\\_fi.html](https://www.tilastokeskus.fi/til/tyti/2014/13/tyti_2014_13_2015-04-28_tau_037_fi.html). Viitattu 27.9.2017.
- Suomen virallinen tilasto, SVT (2015b) Perheet. Lapsista 82 prosenttia kahden vanhemman perheessä. Helsinki: Tilastokeskus. [http://www.stat.fi/til/perh/2014/02/perh\\_2014\\_02\\_2015-11-27\\_kat\\_005\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/perh/2014/02/perh_2014_02_2015-11-27_kat_005_fi.html). Viitattu 28.9.2017.
- Suomen virallinen tilasto, SVT (2014a) Työvoimatutkimus. Perheet ja työ. Liitetaulukko 1. Työllisyysasteet nuorimman lapsen iän mukaan vuosina 2009–2013, 20–59-vuotiaat. Helsinki: Tilastokeskus. [http://www.tilastokeskus.fi/til/tyti/2013/14/tyti\\_2013\\_14\\_2014-10-07\\_tau\\_001\\_fi.html](http://www.tilastokeskus.fi/til/tyti/2013/14/tyti_2013_14_2014-10-07_tau_001_fi.html). Viitattu 6.9.2017.
- Suomen virallinen tilasto, SVT (2014b) Ajankäyttötutkimus. Miesten työviikko oli pidempi kuin naisten. Helsinki: Tilastokeskus. [http://www.stat.fi/til/akay/2009/07/akay\\_2009\\_07\\_2014-04-16\\_kat\\_003\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/akay/2009/07/akay_2009_07_2014-04-16_kat_003_fi.html). Viitattu 6.9.2017.
- Suomen virallinen tilasto, SVT (2011) Työssäkäynti. Naisten ja miesten työt 2009. Helsinki: Tilastokeskus. [http://www.stat.fi/til/tyokay/2009/04/tyokay\\_2009\\_04\\_2011-11-28\\_kat\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/tyokay/2009/04/tyokay_2009_04_2011-11-28_kat_001_fi.html). Viitattu 6.9.2017.
- Sutela, Hanna & Lehto, Anna-Maija (2014) Työolojen muutokset 1977–2013. Helsinki: Tilastokeskus.
- Tang, Ning & Cousins, Christine (2005) Working time, gender and family: An East-West European comparison. *Gender, Work and Organization* 12(6), 527–550.

- Taylor, Zoe; Conger, Rand; Robins, Richard & Widaman, Keith (2015) Parenting practices and perceived social support: Longitudinal relations with the social competence of Mexican-origin children. *Journal of Latina/o Psychology* 3(4), 193–208.
- TEROKA (2007) Sosioekonomisten terveyserojen kaventaminen Suomessa -hanke. <http://www.teroka.fi/teroka>. Viitattu 19.10.2017.
- Thoits, Peggy (1986) Social support as coping assistance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 54(4), 416–423.
- Thompson, Ross; Flood, Mary & Goodvin, Rebecca (2006) Social support and developmental psychopathology. Teoksessa Dante Cicchetti & Donald Cohen (toim.) *Developmental psychopathology: Risk, disorder, and adaptation*. New York: Wiley, 1–37.
- Tilastokeskus (2016a) Isät tilastoissa 2016. Verkkojulkaisu. Helsinki: Tilastokeskus. [http://www.tilastokeskus.fi/tup/tilastokirjasto/isat\\_tilastoissa\\_2016.html](http://www.tilastokeskus.fi/tup/tilastokirjasto/isat_tilastoissa_2016.html). Viitattu 26.3.2017.
- Tilastokeskus (2016b) Naiset ja miehet Suomessa 2016. Helsinki: Tilastokeskus.
- Tilastokeskus (2010) Sosioekonomisen aseman luokitus 1989. Julkaisusarja: Käsikirjoja 17. [http://tilastokeskus.fi/meta/luokitukset/sosioekon\\_asema/001-1989/kasikirja.pdf](http://tilastokeskus.fi/meta/luokitukset/sosioekon_asema/001-1989/kasikirja.pdf). Viitattu 12.3.2017.
- Toppinen-Tanner, Salla (toim.) (2016) *Työ @ elämä: Opas työpaikoille työn ja muun elämän yhteensovittamiseksi*. Helsinki: Työterveyslaitos.
- Turpeinen, Merja & Toivanen, Minna (2008) *Perhe työssä, työ perheessä. Työn ja perheen yhteensovittamisen rajat ja mahdollisuudet työorganisaatiotoimijoiden, perheen ja sukupuolen näkökulmasta*. Espoo/Helsinki: Frenckellin kirjapaino Oy.
- Tuszyńska-Bogucka, Wioletta & Nawra, Karolina (2014) Paternal postnatal depression – a review. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy* 2, 61–69.
- Ubaud, Anu (2015) Työn ja perheen yhteensovittaminen ei vaadi ihmeitä. Pääkirjoitus. Julkaistu 22.2.2015. <https://www.hs.fi/paakirjoitukset/art-2000002803017.html>. Viitattu 30.11.2017.
- Valli, Raine (2001) *Johdatus tilastolliseen tutkimukseen*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- van Daalen, Geertje; Sanders, Karin & Willemsen, Tineke (2005) Sources of social support as predictors of health, psychological well-being and life satisfaction among Dutch male and female dual-earners. *Journal of Women & Health* 41(2), 43–62.
- van Steenbergen, Elianne; Ellemers, Naomi & Mooijaart, Ab (2007) How work and family can facilitate each other: Distinct types of work-family facilitation and outcomes for women and men. *Journal of Occupational Health Psychology* 12(3), 279–300.
- Veit, Clairice & Ware, John (1983) The structure of psychological distress and well-being in general populations. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 51(5), 730–742.
- Verschueren, Karine & Marcoen, Alfons (1999) Representation of self and socioemotional competence in kindergartners: Differential and combined effects of attachment to mother and to father. *Child Development* 70(1), 183–201.
- Vihavainen, Suvi (2017) Syyllisyys iskee ruuhkavuosivanhempiin viimeistään töihin palatessa – milloin sen potemisesta on hyötyä? Näkökulma Helsingin Sanomien verkkosivujen Kotimaa-osiossa. <https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000005102652.html>. Viitattu 30.11.2017.
- Viljamaa, Marja-Leena (2003) *Neuvola tänään ja huomenna. Vanhemmuuden tukeminen, perhekeskeisyys ja vertaistuki*. Akateeminen väitöskirja. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House, Studies in Education, Psychology and Social Research 212.
- Voydanoff, Patricia (2008) A conceptual model of the work-family interface. Teoksessa Karen Korabik, Donna Lero & Denise Whitehead (toim.) *Handbook of Work-Family Integration: Research, theory, and best practices*. Amsterdam: Elsevier, 37–55.

- Vuorio, Jukka (2017a) Isäksi tullaan vanhempina kuin koskaan – vasta oikealta tuntuva kumppani sai Antti Honkasen haluamaan lapsen. Artikkelin Helsingin Sanomien verkkosivujen Kotimaa-osiossa. Julkaistu 14.1.2017. <http://www.hs.fi/kotimaa/art-2000005045593.html>. Viitattu 30.8.2017.
- Vuorio, Jukka (2017b) Elämme edelleen liiaksi kulttuurissa, jossa isä hoitaa auton ja äiti kodin ja lapsen – Myös isät haluavat kokea raskausajan täysimääräisinä vanhempina. Kolumni Helsingin Sanomien verkkosivujen Kotimaa-osiossa. Julkaistu 16.6.2017. <https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000005256777.html>. Viitattu 30.11.2017.
- Väestöliitto ry (2017) Tietoa Perheystävällisesti töissä -hankkeesta. Verkkosivusto. <http://www.vaestoliitto.fi/perhe-ja-tyo/tietoa-hankkeesta/>. Viitattu 30.11.2017.
- Väänänen, Ari; Kevin, May; Ala-Mursula, Leena; Pentti, Jaana; Kivimäki, Mika & Vahtera, Jussi (2005) The double burden of and negative spillover between paid and domestic work: Associations with health among men and women. *Women & Health* 40(3), 1–18.
- Ware, John & Sherbourne, Cathy (1992) The MOS 36-item short-form health survey (SF-36): I. Conceptual framework and item selection. *Medical Care* 30(6), 473–483.
- Ware, John; Snow, Kristin; Kosinski, Mark & Gandek, Barbara (1993) SF-36 health survey: Manual and interpretation guide. Boston: Nimrod Press.
- Wayne, Julie & Cordeiro, Bryanne (2003) Who is a good organizational citizen? Social perception of male and female employees who use family leave. *Sex Roles* 49(5/6), 233–246.
- Weiss, Robert (1990) Bringing work stress home. Teoksessa John Eckenrode & Susan Gore (toim.) *Stress between work and family*. New York: Springer.
- WHO (2004) Promoting mental health. Geneve: World Health Organization.
- Winslow, Sarah (2005) Work-family conflict, gender, and parenthood, 1977–1997. *Journal of Family Issues* 26(6), 727–755.
- Yeung, Wei-Jun Jean (2013) Asian Fatherhood. *Journal of Family Issues* 34(2) 143–160.
- Ylikännö, Minna (2009) Isien ajankäytöstä: uuden isyyden hidas esiinmarssi. *Yhteiskuntapolitiikka* 74(2009:2), 121–131.
- Zedeck, Sheldon & Mosier, Kathleen (1990) Work in the family and employing organization. *American Psychologist* 45(2), 240–251.

## LIITTEET

### Liite 1.

*Taulukko 6. Regressiomalli 3: Psyykkistä kuormittuneisuutta ennustavat tekijät, työ–perhe- ja perhe–työ-ristiriita (hierarkkinen regressioanalyysi, n=522)*

	Askel 1	Askel 2	Askel 3	Askel 4	Askel 5
	B <sup>a</sup> (SE) <sup>b</sup>	B (SE)	B (SE)	B (SE)	B (SE)
<b>Taustamuuttujat</b>					
ikä	-.31 (.16)	-.32* (.15)	-.31* (.14)	-.29* (.14)	-.27* (.13)
sosioekonominen asema <sup>c</sup>	.07 (.17)	.06 (.16)	-.20 (.15)	-.13 (.14)	-.16 (.14)
ansiotyötunnit viikossa	.06 (.18)	-.21 (.17)	-.25 (.16)	-.26 (.15)	-.24 (.15)
työaika <sup>d</sup>	.29 (.39)	.02 (.37)	-.06 (.34)	-.17 (.32)	-.07 (.32)
puoliso kokopäivätyössä <sup>e</sup>	-.50 (.37)	-.02 (.36)	-.12 (.33)	-.16 (.32)	-.31 (.31)
lasten lkm perheessä	.44** (.16)	.43** (.15)	.35* (.14)	.32* (.13)	.31* (.13)
<b>Selittävät päämuuttujat</b>					
työ–perhe-ristiriita		1.18*** (.15)	.80*** (.15)	.79*** (.14)	1.96*** (.37)
perhe–työ-ristiriita			1.30*** (.14)	1.10*** (.14)	1.28*** (.37)
<b>Moderaattori</b>					
puolison tuki <sup>f</sup>				-2.97*** (.39)	-2.63*** (.42)
<b>Interaktiotermit</b>					
työ–perhe-ristiriita * puolison tuki					-1.41*** (.40)
perhe–työ-ristiriita * puolison tuki					-.24 (.40)
<b>Korjattu R<sup>2</sup> (R<sup>2</sup>Δ)</b>	.01	.11 (.10)	.24 (.13)	.31 (.07)	.33 (.02)
<b>F</b>	2.11	10.57	21.12	27.36	24.75

\* p<.05 \*\* p<.01 \*\*\* p<.001

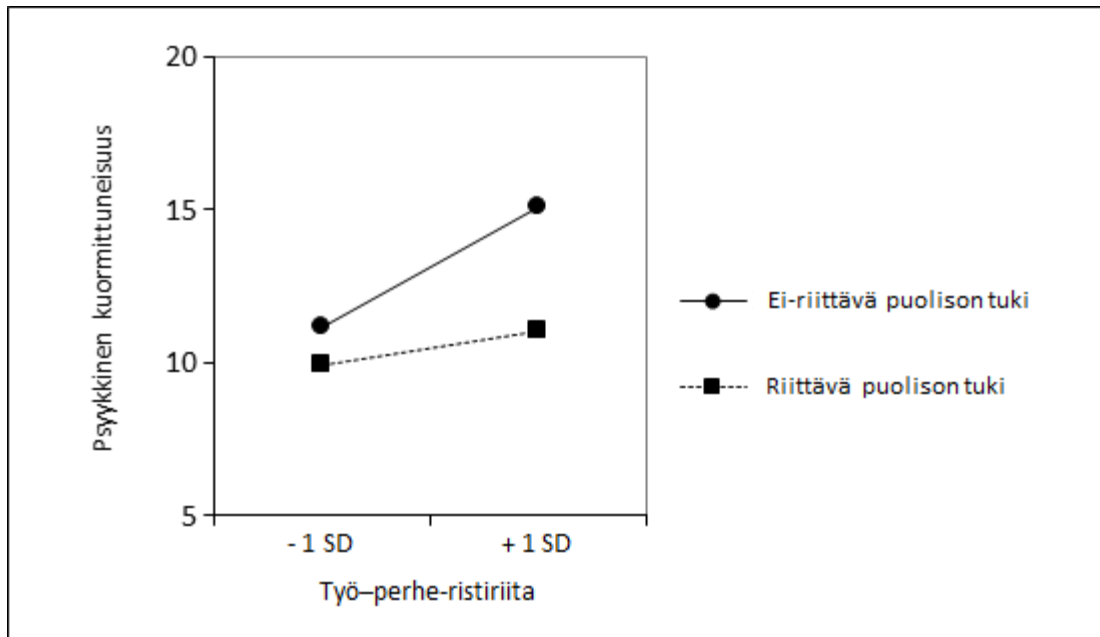
<sup>a</sup> standardoimaton regressiokerroin, <sup>b</sup> standardoimattoman regressiokertoimen keskivirhe

<sup>c</sup> 1=työntekijä, 2=alempi toimihenkilö, 3=ylempi toimihenkilö, <sup>d</sup> 0=tyypillinen työaika, 1=epätyypillinen työaika

<sup>e</sup> 0=ei kokopäivätyössä, 1=kokopäivätyössä, <sup>f</sup> 0=ei riittävä, 1=riittävä

Selitettävä muuttuja psyykinen kuormittuneisuus (5=ei lainkaan kuormittunut...30=erittäin kuormittunut)

Liite 2.



Kuvio 4. Työ-perhe-ristiriidan ja puolison tuen interaktiovaikutus psyykkiseen kuormittuneisuuteen regressiomallissa 3.